اطلاعات هفتگی

شماره ۳۲۲۲
چهارشنبه ۲۶ بهمن ۱۳۸۴
بها ۲۵۰۰ ریال

عامل اصلی بیماری کودکان

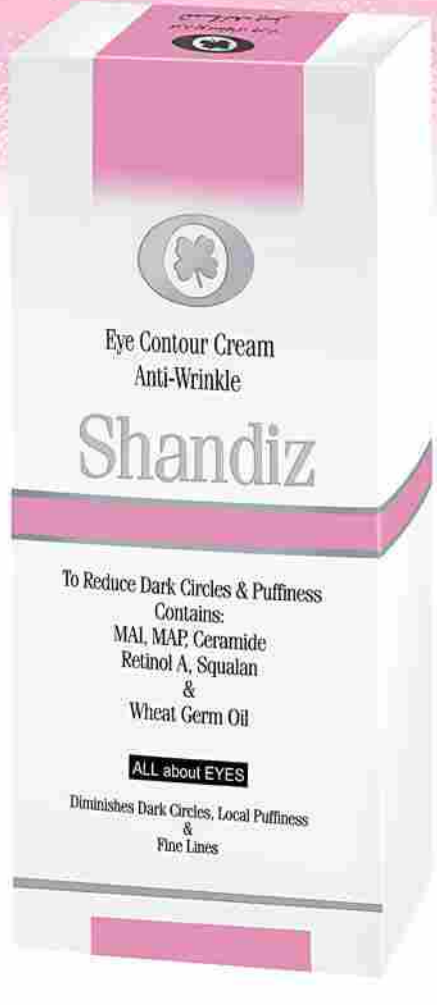
خواستگاری از یک طلسم شده

شکست الفتح و پیروزی حماس

راههای رسیدن به تناسب اندام

شهری که نام آن بیش از بیست بار تغییر کرد

کرم ضدچین وچروک
دورچشم
شاندیز


Eye Contour Cream
Anti-Wrinkle
Shandiz
To Reduce Dark Circles & Puffiness
Contains:
MAI, MAP, Ceramide
Retinol A, Squalan
&
Wheat Germ Oil
ALL about EYES
Diminishes Dark Circles, Local Puffiness
&
Fine Lines

Eye Contour Cream
Anti-Wrinkle
Shandiz

- دارای ماده Glycosaminoglycan مؤثرترین ماده ضدچین وچروک درامریکاواروپا
- کاهش دهنده حلقه های سیاه و پف کردگی دورچشم
- دارای MAI وMAP، سرامايد، روغن‌جوانه‌گندم واسکوآلن

شاندیز برنده جایزه بین المللی ستاره طلائی ازسازمان جهانی WMO

لابراتوارویدا - تلفن دفترمرکزی: ۸۸۷۹۴۱۵۹-۶۰ تلفن مرکزپخش: ۸۸۷۸۹۶۶۷ - ۸۸۷۸۸۰۶

بسم الله الرحمن الرحیم

فهرست مطالب این شماره:

یاد و یادواره ---------------------------- ۳
یادداشت هفته ---------------------------- ۴
تفسیر سیاسی --------------------------- ۶
سه‌گانه ------------------------------- ۸
گزارش شهرستان ----------------------- ۱۰
رفتار و واکنش‌ها ------------------------ ۱۲
داستان زندگی --------------------------- ۱۴
چطور پول کمتری مصرف کنیم؟ ---------- ۱۶
گزارش رنگی ---------------------------- ۱۸
مشاور خانواده -------------------------- ۲۰
خاطرات کلانتر --------------------------- ۲۲
درس زندگی ----------------------------- ۲۴
پرسش ویژه، پاسخ ویژه ----------------- ۲۵
ماجراهای خواستگاری ------------------- ۲۶
در پیچ و خم دادگاه ---------------------- ۲۷
گزارش از زندان ------------------------- ۲۸
پاورقی خارجی ------------------------- ۳۰
فرهنگ مردم --------------------------- ۳۲
یک دقیقه با دنیای علم ------------------ ۳۳
از گوشه و کنار جهان -------------------- ۳۴
خواندنیهای تاریخی -------------------- ۳۶
یک هفته حادثه ------------------------- ۳۷
پاورقی ایرانی --------------------------- ۳۸
عکسها و حرفها --------------------------- ۴۰
ترازو ------------------------------------ ۴۱
تماشاگه راز ------------------------------ ۴۲
در قلمرو داستان ------------------------- ۴۴
معجزه طبیعت --------------------------- ۴۶
جدول ----------------------------------- ۴۸
باهوش خود کلنجار بروید ----------------- ۴۹
جنگ هنر ------------------------------- ۵۰
داستانهای آلفرد هیچکاک ----------------- ۵۴
جهان هنر ------------------------------- ۵۶
ورزشی --------------------------------- ۵۸
هواپیمایی هما در خدمت مردم ------------- ۶۱
واکسن سرماخوردگی --------------------- ۶۲
هفته بعد شما --------------------------- ۶۵
نقاشی‌های شما --------------------------- ۶۶

صاحب امتیاز:
شرکت ایرانچاپ
(موسسه اطلاعات)
مدیر مسوول و سردبیر:
فتح‌الله جوادی

معاون سردبیر: سیداحمد شهابی
معاون فنی: محمود صفادار
ناظر چاپ: کریم ملکی
صفحه‌آرا: محمد جعفر صباغی خسروی
زهرا کوچکی
حروف‌نگار: اسماعیل غلامی

نشانی: تهران - بلوار میرداماد - خیابان نفت جنوبی - موسسه اطلاعات - اطلاعات هفتگی
کد پستی: ۱۵۴۹۹۵۱۱۹۹
تلفن: ۲۲۲۲۶۲۲۶ - ۲۹۹۹۳۴۰۴
نمابر (فاکس): ۲۲۲۷۱۸۱۳
تلفن آگهی‌های مجله اطلاعات هفتگی: ۲۲۲۲۳۵۰۷
چاپ از: ایرانچاپ
چاپخانه موسسه اطلاعات - تلفن: ۲۹۹۹۹

شماره ۳۲۲۲ - چهارشنبه ۲۶ بهمن ۱۳۸۴
۱۶ محرم ۱۴۲۶ ۱۵ فوریه ۲۰۰۶

■ هرگونه استفاده از مطالب مجله جهت فیلمنامه سینما، تلویزیون و تئاتر و یا چاپ در کتاب منوط به کسب اجازه کتبی است.
■ مقالات ارسالی پس داده نمی‌شود.
■ مجله در ویرایش مطالب آزاد است.

یاد و یادواره

شهادت حجت‌الاسلام محلاتی و چهل تن از یاران امام

اول اسفند ماه سال ۱۳۶۴ هجری شمسی: دو موشک هوا به زمین جنگنده‌های رژیم بعثی عراق، یک فروند هواپیمای متعلق به شرکت هواپیمایی آسمان را بر فراز شهر اهواز هدف قرار دادند. در این رویداد تلخ ۴۰ تن از یاران متعهد و مؤمن انقلاب شهید شدند که از آن میان شهید گرانقدر حجت‌الاسلام محلاتی نخستین نماینده حضرت امام(ره) در سپاه پاسداران انقلاب اسلامی را می‌توان نام برد. از دیگر شخصیت‌های انقلابی که در این حادثه به شهادت رسید حسن شاهچراغی است که از دوره‌های اول و دوم مجلس شورای اسلامی نماینده مردم دامغان بود و در کنار آن سرپرستی مؤسسه کیهان را نیز بعهده داشت.

عملیات والفجر ۵

۲۷ بهمن ماه سال ۱۳۶۲ هجری شمسی: سپاه پاسداران انقلاب اسلامی عملیات والفجر ۵ را با رمز یازهرا(س) آغاز کرد. عملیات والفجر ۵ در منطقه عملیاتی چنگوله حدفاصل مهران و دهلران اجرا شد و هدف از اجرای این عملیات آزادسازی منطقه عملیاتی بود، در عملیات والفجر ۵ ضمن دستیابی به هدف عملیات شمار زیادی از افراد دشمن کشته یا اسیر شدند و تجهیزات درخور توجهی از دشمن نیز منهدم شد.

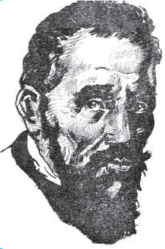
عملیات والفجر ۶

دوم اسفند سال ۱۳۶۲ هجری شمسی: عملیات والفجر ۶ با رمز یازهرا(س) در منطقه چزابه و چیلات در جنوب دهلران آغاز شد. در این عملیات جاده مرزی تدارکاتی در منطقه چیلات و دو ارتفاع مشرف به شهر علی غربی از لوث نیروهای بعثی پاک شد و شمار زیادی از نیروهای دشمن کشته و زخمی شدند.

شهادت دبیرکل حزب‌الله لبنان

۲۷ بهمن ماه سال ۱۳۷۰ هجری شمسی: حجت‌الاسلام والمسلمین سیدعباس موسوی دبیرکل حزب‌الله لبنان بدست عوامل رژیم اشغالگر قدس به شهادت رسید. پس از آنکه مسلمانان فلسطینی در منطقه گالد عملیات افتخارآفرینی بر ضد رژیم صهیونیستی انجام دادند، نیروهای صهیونیست به تلافی این عمل، خودروی حجت‌الاسلام موسوی را هدف حملات هوایی قرار دادند. در این حادثه همسر، فرزند خردسال و جمعی از یاران وی شهید شدند. این حمله هنگامی صورت گرفت که حزب‌الله لبنان تنها چهره مورد اعتماد و سازش‌ناپذیر در لبنان شناخته شده بود.

درگذشت میکل آنژ



۱۸ فوریه سال ۱۵۶۴ میلادی: میکل‌آنژ نقاش، مجسمه‌ساز و شاعر قرن ۱۶ میلادی در ایتالیا درگذشت. میکل‌آنژ را سردمدار رنسانس در اروپا می‌دانند. درباره او گفته‌اند: او زیبایی‌شناسی هنری را به کاملترین حد هنری ارتقا داد. از شاهکارهای میکل آنژ مجسمه‌های «داوود» و «حضرت موسی(ع)» را می‌توان نام برد.

تولد گالیلئو گالیله

۱۵ فوریه سال ۱۵۶۴ میلادی: گالیلئو گالیله ریاضیدان و فیزیکدان ایتالیایی در شهر پیزای ایتالیا متولد شد. وی به کمک ذره‌بینی که ابن‌هیثم اختراع کرده بود یکی از نخستین دوربین‌های نجومی را اختراع کرد و با آن معلوم ساخت که کره ماه پستی و بلندیهای متعددی دارد و کهکشان از ستارگان کوچک بسیار تشکیل شده است. گالیله همچنین اعلام کرد که خورشید ثابت است و مرکز منظومه شمسی است و دیگر سیارات این منظومه به دور آن گردش می‌کنند. البته ابوریحان بیرونی دانشمند نامی ایران حدود ۶۰۰ سال قبل از گالیله حرکت زمین را به اثبات رسانده بود. پس از این اظهارات پاپ گالیله را به رم فراخواند و عقاید او را کفر شمرد. گالیله ناچار به زانو درآمد و از عقیده خود استعفا کرد.

انسان بنده احسان است.
• حضرت امیر(ع)

یادداشت هفته
محمدامین جوادی

به «دخل» مان هم نگاه کنیم

در طول سالهای پس از انقلاب، بارها و بارها شاهد بوده‌ایم که مصوبات کارشناسی نشده و وعده‌های بدون پشتوانه چه بلایی بر سر جامعه و اقتصادمان آورده است، بدون آنکه در تمام این سالها به این اندیشه کنیم که در تصمیماتمان عقل و علم باید بیش از عاطفه دخالت داشته باشد و لذا مسوولان و کارگزاران نظام پس از سالها تجربه آزمون و خطا باید نیک دریافته باشند که مردم ما با هوش بالایی که دارند به نتیجه کار نگاه می‌کنند و به نتیجه عمل و ارزیابی اشخاص و مسوولین می‌پردازند. همه ما می‌دانیم که کشور جوان ما بیش از هر چیز نیازمند شغل است و نیازمند تولید ثروت. ثروتی که حاصل کار و تلاش شهروندان باشد، ثروتی که از تولید به دست می‌آید و کاری که ارزش افزوده بیافریند. تنها در این صورت است که می‌توان امیدوار بود محرومان جامعه به حق واقعی خویش برسند.

در ماههای اخیر شاهدیم که دولت محترم برای آنکه یک وقت نگویند دولت به وعده‌هایش توجهی ندارد، عامل انبوه مصوباتی بوده است که در ظاهر بسیار خوب و خوش می‌نمایند، اما باطن آن را نمی‌توان چنین خوب و خوش یافت. این مصوبات جمله بر مدار افزایش تعهدات دولت می‌گردد و نمونه‌های آشکار آن مصوبات در مورد اعطای تسهیلات است. وامهایی که با بهره ۴ درصد قرار است تا به گروههایی داده شود. بودجه‌هایی که در سفرهای استانی ریاست جمهور محترم تخصیص پیدا می‌کنند و دستورالعمل‌هایی که همگی تعهدآور و هزینه‌بر است، بی‌آنکه اتفاق جدیدی در حوزه اقتصاد و یا در میزان درآمدهای دولت افتاده باشد. سرنوشت این مصوبات و تصمیم‌گیری‌ها و نتایج آن با توجه به تجربه‌ای که از گذشته بود، چندان روشن نیست.

در هفته‌های اخیر شاهدیم که حسن نیت دولت در مورد افزایش میزان وام مسکن در عمل چه نتایجی به‌بار آورده است. چون منابع بانکها برای اعطای تسهیلات محدود است و قاعدتاً به دریای بیکرانی وصل نیست، واجدین شرایط دریافت وام به یکباره صاحب یک رانت خوش آب و رنگ شده‌اند. فروش امتیاز وام مسکن بین ۳/۵ تا ۴ میلیون تومان و این یعنی نزدیک به صددرصد پرداخت سود به سپرده‌گذار. به همین یک مورد که نگاه می‌کنیم درخواهیم یافت که حسن نیت دولت و مصوبه او در مورد افزایش وام مسکن به سپرده‌گذاران به جای آنکه به صاحب‌خانه شدن مردم بینجامد، به رانت‌خواری منجر شده است و نیازمند واقعی وام برای خانه‌دار شدن هم باید یک بهره به بانک بپردازد و هم یک رقم سنگین برای دریافت وام و استفاده از حق سپرده‌گذار که جمع مبلغ ۳/۵ تا ۴ میلیون تومان خرید وام و نیز بهره خود بانک عملاً نشان می‌دهد که قیمت تمام شده وام دریافتی او بسی بیش از گذشته شده است و در یک روند کارشناسی نشده سود این کار به جیب عده‌ای سپرده‌گذار رفته است، بی‌آنکه مصوبه دولت به کار مردم بیاید و یا نیاز واقعی مردم را برآورده کند! اخیراً هم اعلام شده است که به تمام متقاضیان مسکن وام با بهره کم بین ۸ تا ۱۲ درصد پرداخت می‌شود. در مصوبه دیگری آمده است که به همه کسانی که حقوق کمی دارند تا سقف ۳ میلیون تومان وام ودیعه مسکن به صورت قرض‌الحسنه داده می‌شود. یک مصوبه دیگر می‌گوید که به تمام سازندگان واحدهای مسکونی استیجاری به شرط آنکه تا ۵ سال واحدهای مسکونی خود را به اقشار کم‌درآمد اجاره بدهند، زمین رایگان و وام ساخت براساس هر واحد ۱۲ میلیون تومان پرداخت می‌شود و...

از این دست مصوبات این روزها فراوان اعلام می‌شود که در حسن نیت دولت و مسوولین محترم در تصویب این قوانین شکی نیست، اما به تجربه دریافته‌ایم که این مصوبات بیشتر به صورت رانتی تنها بخشی از افراد جامعه را پوشش می‌دهد و چندان به کار نیازمندان جامعه و یا در راستای تحقق اهداف اولیه تصویب آن نخواهد آمد. همچنان که صدها میلیارد تومان وام خوداشتغالی به کار ایجاد شغل نیامد و به گفته بسیاری از کارشناسان مشکل چندانی از مشکلات داوطلبان و جویندگان کار را حل نکرد.

نامه‌های بدون واسطه

ای ملجاءِ و پناه همه

ای آقا، همواره شنیده‌ایم که روز جمعه‌ای می‌آیید. پس این جمعه کی فرا می‌رسد؟

دل عاشقانت خون است، بر سر سجاده‌ها، دیده‌ها اشکبار هجران توست. دیده‌های زیادی تو را ندیده خاموش شده‌اند. عمرهای زیادی به سر رسید و آرزوهایی بر دلها بماند، با حسرت آمدنت. آیا هنوز زمان ظهورت نرسیده است؟ چندی پیش در سامرا بر سر مزار امام عسگری(ع) از محضر پدر بزرگوارتان با ناله خواستم و مویه کردم که؛ آقا عاشقان ظهور فرزندت طاقت از دست داده‌اند، به حق خودت از خدا بخواه که ظهور فرزندت را نزدیک کند. در مسجد سهله در مقام آقا امام زمان(عج) نماز خواندم و از خودت خواستم که بیایی. حال وقت آمدن است، ای امید و پناه همه خستگان و درماندگان، خورشید وجودت را بر دلهای سردمان بتابان.

ذکریا آقابابایی - گرگان

به وعده‌ها عمل کنیم

فکر می‌کنم یکی از بلاهایی که مردم ما در طول این سالها آن را به چشم دیده‌اند و در ذهن پرورانده‌اند، بلیه شعارپراکنی و وعده‌دهی بوده است. مقامات و شخصیت‌ها که به هر کجا می‌روند وعده‌هایی می‌دهند که انتظار دارند به آن عمل شود. اگر هم حسن‌نیت دارند و واقعاً هم می‌خواهند کاری کنند اما چون راه را به اشتباه می‌روند سودی نصیب مردم نمی‌شود. جسارتاً می‌خواستم خدمت رئیس جمهور محترم بگویم که هر حرف و سخن شما دارای تبعاتی است که حسن و عیب آن متوجه مردم می‌شود. از شما انتظار داریم به فکر برنامه‌ریزی اصولی باشید. حضور فیزیکی هیات دولت در مناطق محروم به خودی خود بد نیست، اما چاره‌کار نمی‌تواند باشد. باور کنید اگر تمام دوره ریاست جمهوری خود را نیز در اتاق کارتان باشید اما ناظرانی دقیق، مشاورانی دلسوز و کارشناسانی دقیق و اهل فن و مدیرانی مدبر و شایسته با شما همکاری داشته باشند، با برنامه‌ریزی‌های صحیح و اصولی می‌توانید کاری کنید که اثرات مثبت آن تا دورترین روستاها هم سبب دعای خیر مردم شود. برای این کار هم لازم نیست که به مناطق مختلف وعده پول بدهید. بهترین کار این است که پول این مملکت را صرف ایجاد شغل کنید و صرف ایجاد کار. در این صورت وقتی همه مردم اهل کار و تولید و ثروت بشوند درآمدشان هم خوب می‌شود و فقر هم از بین می‌رود. انتظار ما از رئیس جمهور مردمی این است که عدالت را با افزایش کار و ثروت ایجاد کند و نه خدای ناکرده با تقسیم فقر که قاعدتاً منظور نظر خودشان هم نیست.

برای رئیس جمهور و دولت محترم در راه تحقق عدالت و رفع مشکلاتی نظیر بیکاری، رکود و فقر آرزوی توفیق داریم.

غضنفر پویا - تهران

حق همسایگی را رعایت کنیم

یکی از معضلاتی که این روزها بیشتر مردم با آن دست و پنجه نرم می‌کنند، معضل رعایت اصول آپارتمان‌نشینی در شهرهای بزرگی چون تهران است که این روزها خیلی نادیده گرفته می‌شود. مشکلاتی چون سر و صدای زیاد بچه‌ها در آپارتمان یا روشن نگه داشتن و گرم کردن ماشین به مدت زیاد در صبح زود داخل پارکینگ که باعث آزار ساکنان طبقات اول می‌شود. در هر موقع از شبانه‌روز یکی از ساکنان بی‌توجه صدای ضبط خود را زیاد کرده و ایجاد ناراحتی می‌کند. شستن ماشینها با فشار زیاد آب که باعث می‌شود آب به طبقات بالاتر نرسد. کوبیدن درها به هم که صدای آن کاملاً در خانه‌های دیگر منعکس می‌شود. رفت و آمد در راه‌پله‌ها با سروصدای زیاد و حرف زدن با صدای بلند و بسیاری از مشکلات دیگر. وقتی چند خانواده با هم در یک آپارتمان زندگی می‌کنند، هر کس باید اول به حقوق دیگران احترام بگذارد و در درجه‌ی بعد راحتی خود را درنظر بگیرد.

هانیه مهدیان

هوشیار باشیم

دو سال پیش با دختری از خانواده سادات آشنا شدم. در آن زمان مشغول تاسیس یک موسسه بودم و ابتدای کارم نیز اوضاع خوبی داشتم. متاسفانه بعد از گذشت یک سال و نیم به خاطر شرایط بد اقتصادی و حصول نشدن چکهای مشتریان، ورشکست شدم و شروع به تسویه‌حساب کردن با طلبکاران نمودم. در این بین یک شرخر دو فقره از چکهای مرا به پایین‌تر از مبلغ اصلی خریداری می‌کند و مرا تهدید می‌کند که اگر مبلغ آن چکها را ندهم فلان و بهمان می‌کنم. هرچه هم به او صادقانه گفتم که فعلاً چیزی در بساط ندارم بگذارید به اقساط مبلغ چک را بپردازم قبول نمی‌کند و علاوه بر شکایت در دادگاه، به درب منزل پدرخانمم رفته و ضمن تهدید همسرم خانواده او را از ازدواج با من منع می‌کند و این درحالی بود که ما محرم و نامزد هم بودیم و قرار بود به زودی ازدواج کنیم. جالب اینکه همسرم مسوول تبلیغات موسسه خودم بود و کاملاً در جریان ماجرا قرار داشت که چون او و خانواده فهمیده‌اش در جریان مشکلات من بودند که چگونه

در اینجا نیز با توجه به محدودیت منابع بانکها و بهره‌وری پول در خارج از سیستم بانکی و تفاوت بهره در نظام بانکی و بازار آزاد، ناگفته پیداست که از این محل نیز اهداف دولت بعید است صورت تحقق به خود بگیرد، چون سازوکارهای لازم برای اجرای صحیح این مصوبات و نیز نظارت بر نحوه استفاده از آن در طول اجرای برنامه، همواره دچار اشکال بوده است. درحال حاضر کسی نیست که مشخص کند منابع بانکها از کجاست؟ اینکه بگوییم بانک فلان مبلغ را بپردازد و یا فلان اعتبار را بدهد، باید مشخص شود که از کدام محل؟ آیا می‌توان مطمئن بود که بانکها همیشه پول در حسابشان داشته باشند و مردمی که سرمایه‌های اصلی بانکها هستند و منبع اصلی تامین سرمایه آنها، مرتب پول به بانک بدهند تا همواره خزانه آنان پر از پول باشد تا بتوان برای هر طرحی از آن برداشت؟ یارانه‌هایی که به سیستم بانکی به ناگزیر باید توسط دولت پرداخت شود از چه محلی تامین می‌شود و کدام‌یک از این مصوبات در مسیر اشتغالزایی است؟ در مسیر تولید و ایجاد ثروت است؟ از محل کدام صرفه‌جویی در دستگاههای دولتی منابع پرداخت چنین هزینه‌هایی تامین شده است؟ آیا تامین همه این هزینه‌ها از محل فروش نفت یک حرکت اقتصادی و علمی است؟ آیا می‌توان امیدوار بود که این طرحها با روندی مطلوب به حرکتی باثبات بیانجامد و در میانه راه متوقف نشود؟ آیا راهکاری اندیشیده‌ایم که همه کسانی که در همین پروژه ساخت خانه‌های استیجاری مشارکت می‌کنند به تعهدات خود عمل کنند و با یارانه‌های پرداختی توسط دولت به سودهای کلان شخصی دست پیدا نکنند؟ چه سازوکاری برای اجرای درست و مؤثر این مصوبات اندیشیده شده است؟ آیا می‌تواند نظام بانکی ما بدون توجه به واقعیات اقتصادی ایران همه این تعهدات را بدون بدهکار کردن بیشتر دولت، پوشش دهد؟ آیا بودجه دولت چنین ظرفیتی دارد؟ قبل از آنکه خرجی بتراشیم، نباید به کیسه خود هم نیم‌نگاهی بیندازیم و به اثرات روانی و اقتصادی تصمیماتمان هم اندیشه کنیم؟ به این سوالات چه کسی باید پاسخ بگوید؟

بارها در این یادداشتها اشاره شده است که برای از بین بردن فقر راهی جز تولید ثروت نداریم. یک دولت حجیم و یک جامعه مصرف‌کننده با نظام یارانه‌ای غلط هرگز نمی‌تواند رویای پیشرفت و رفاه را در سر بپروراند. گمان می‌کنم باید همه همت خود را مصروف آن کنیم که تنها کار و تولید عامل کسب ثروت و درآمد باشد و اگر قصد کمک به محرومان جامعه را داریم، باید برایشان امکان کار و تلاش و تولید فراهم بیاوریم. یک جامعه مصرف‌کننده که همواره دست طلبش پیش دولت دراز است، محکوم به عقب‌ماندگی است. هیچ دولتی نمی‌تواند ادعا کند که خودش می‌تواند به همه رفاه ببخشد، مگر اینکه برای ایجاد رفاه در جامعه بسترسازی کند. با اعانه و کمک مستقیم و مصرفی‌تر کردن مردم و با وابسته کردنشان به دولت چنین امری محقق نخواهد شد. ■

به خاطر بدهی دیگران من دچار مشکل شدم با هوشیاری تمام با فرد شرور برخورد کرده و به خاطر تهدید، فحاشی و ایجاد مزاحمت شکایتی برعلیه او تنظیم و در دادگاه محکومش می‌کنند که از این بابت باید سپاسگزار او و خانواده‌اش باشم که باعث شدند فرد مزبور آرام شود و حتی ناگزیر به عذرخواهی گردد. هدف بنده از ذکر این ماجرا این بود که اولاً به افراد بگویم از این شیوه‌های کثیف استفاده نکنند و خانواده‌ها را به نابودی نکشانند و ضمناً به زوجهای جوان بگویم که پشت یکدیگر را در مواقع بحران خالی نکنند تا هر فرصت‌طلبی بتواند با سوءاستفاده از آن بحرانها و مشکلات به مقصود خویش نایل آید. حال اگر همسرم و خانواده ایشان انسانهای شریف و فهیمی نبودند، آیا جز این بود که آن فرد به مقصودش می‌رسید و یک زندگی هم متلاشی می‌شد؟

جعفر سینایی مفرد - اهواز

کارمندان بی‌ادعای بهزیستی

اجازه بدهید در آشفته بازار کاغذبازی، بوروکراسی و بیکاری پنهان ادارات، بنده به کارمندان کم‌توقع یک بخش ادارات اشاره کنم که با وجود کمی حقوق به خدمت‌رسانی شایسته به محرومان اهتمام دارند. کارمندان بهزیستی بدون ادعا و با کمترین خودنمایی به کاری شاق و طاقت‌فرسا مشغولند که در بعضی از موارد تا ۱۲ ساعت در روز کار می‌کنند تا بتوانند بر دردهای بی‌درمان قشر آسیب‌پذیر جامعه و آنهایی که جز سازمان بهزیستی پناه دیگری ندارند، مرهمی بگذارند. در ادارات بهزیستی روستایی حداکثر چهار کارمند مشغول کار هستند، اما هر کدامشان به چندین امور رسیدگی می‌کنند. در شرح وظایف سازمانی آنان مواردی چون؛ سرپرستی خانوارهای کم‌درآمد چند روستا، پوشش بیمه‌ای بیماران خاص، حمایت از بانوان سرپرست خانوار، نگهداری از کودکان استثنایی و کودکان شیرخوار، آموزش صنایع دستی و... گنجانده شده و اینان همه این کارها را باید انجام دهند. لازم است که وزارتخانه‌های بهداشت و رفاه توجه بیشتری به این عزیزان داشته باشند. از همین فرصت استفاده می‌کنم، از شهردار و کارکنان سازمان بهزیستی سورک به خاطر خدمت‌رسانی خوبشان به خانواده‌های تحت پوشش بهزیستی تشکر کنم.

محمدرضا شاهد - سورک

تسلیت به همکاران

جناب آقای غلامحسین شعبانی
مدیر مسوول و سردبیر محترم دنیای ورزش

با عرض تسلیت، ما را هم در اندوه خود شریک بدانید.

خداوند رحمان به عزیز از دست رفته رحمت و مغفرت و به شما و دیگر بازماندگان صبر و شکیب عطا نماید.

سردبیر و کارکنان مجله اطلاعات هفتگی

همکاران گرامیمان آقایان:

حمزه چگینی و **منصور صفایی** از واحد مونتاژ و **سیدمحمود میرترابی** از واحد گیرنده خبر در غم از دست دادن عزیزانشان به سوگ نشسته‌اند.

ضمن عرض تسلیت به ایشان و خانواده‌های داغدار آنها، برای تازه درگذشتگان رحمت و مغفرت الهی و برای بازماندگان صبر و اجر مسئلت داریم.

سردبیر و کارکنان مجله اطلاعات هفتگی

نامه به سردبیر

با سلامی گرم و صمیمی خدمت همه شما خوانندگان خوب و ارجمند مجله اطلاعات هفتگی، و با پوزش همیشگی به خاطر تاخیر در ارسال پاسخ به‌موقع به نامه‌های شما گرامیان:

◆**غلامرضا نیرودل - تهران** مطالب شما به دستم رسید. ننوشته‌اید که این سخنان کوتاه از چه بزرگانی است. آیا همه را خودتان نوشته‌اید؟ به هرحال چند نمونه از آن را در ذیل آورده‌ام:

۱ـ قانون تنازع بقاء بی‌رحم‌ترین منطق را دارد. منطق خوردن برای ماندن، کشتن برای زنده ماندن.

۲ـ آنگاه که گنه‌کار با خویشتن خویش خلوت کند، از صدای عتاب و خطاب وجدانش طنینی به گوش اغیار نرسد.

۳ـ گاهی برای یک انسان اصالت‌زده تماشای آزادی دیگران بسی حسادت‌برانگیز و حتی نفرت زا است.

۴ـ پشت کار را بگیریم که پشت با «پشتکار» را گرفتن هنری نیست.

◆**حسین فیاضی - گناباد** برایم نوشته‌اید که دیگر عکس بچه روی جلد چاپ نکنید، چون همه روی جلدهای مجله شده است عکس بچه. من هم اعتقاد ندارم که همه روی جلدهای مجله را عکسهای بچه‌ها تشکیل بدهد، اما تعداد بیشتری از خوانندگان با تصاویر کودک مانوس‌اند، با این حال صرفاً عکس بچه به عنوان روی جلد مورد استفاده قرار نمی‌گیرد. موفق باشید.

◆**مجید - ع - ژاپن** پیشنهاد خوبی را مطرح کردید، سعی می‌کنیم از این به بعد یک نقشه از شهرستانی که گزارش آن چاپ می‌شود به چاپ برسد. از طرف شما، طبق درخواست شما از آقایان یوسفی و خلج که در سفارت ژاپن در حد توان در حل مشکلات شما به شما کمک کرده‌اند، تشکر می‌کنیم. خداوند به همه خدمتگزاران مردم توفیق عنایت کند. موفق باشید.

◆**فاطمه استادرحیمی - تهران** برای دریافت کارت‌تان یک روز به دفتر مجله مراجعه کنید، چون مدتی است که خبری از شما نداریم.

◆**رستم کریمی - نیکشهر** مدارک خود را برایم ارسال کنید، به همراه کپی معرفی‌نامه‌هایی که از روزنامه‌های محلی و خبرگزاری دانشجویان ایران دارید تا برایتان کارت خبرنگاری ارسال شود. از همکاری شما با مجله اطلاعات هفتگی سپاسگزارم و در صورت ارسال مدارک موردنظر، پیشنهاد شما عملی خواهد شد. موفق باشید.

◆**مجید جوکار بلوچی - شاهرود** تا آنجا که من می‌دانم اسامی برندگان اصلی قرعه‌کشی بانکها اعلام می‌شود و برندگان جوایز کوچکتر تنها به شعب موردنظر اطلاع داده می‌شوند، لذا اگر تا به حال نام شما جزو برندگان نبود، قطعاً برنده نشده‌اید، با این وجود می‌توانید حداقل موجودی را در حسابتان نگه دارید و بقیه آن را مورد استفاده قرار دهید. در این صورت حتی اگر بعداً هم اسامی برندگان کوچک اعلام شود، جایزه شما محفوظ خواهد ماند.

حضرت محمد(ص) ● زمانیکه بدی کردی، بدنبال آن نیکی کن. نیکیها بدیها را نابود می کند.

ایران و جهان سیاست

◆ ۵ کشور عضو دایم شورای امنیت بر ارجاع پرونده ایران به شورای امنیت سازمان ملل تاکید کردند.

◆ شورای حکام آژانس بین‌المللی انرژی اتمی در یک نشست اضطراری به بررسی وضعیت هسته‌ای ایران پرداخت.

◆ ایران تهدید کرد که با ارجاع پرونده هسته‌ای به شورای امنیت دوران دیپلماسی به پایان می‌رسد.

◆ گزارش تحقیق مجلس درباره سقوط C-۱۳۰ آماده شد.

◆ ۲ هزار بی‌خانمان در گرمخانه‌های تهران استقرار یافتند.

◆ استراو: یک دوره طولانی اعتمادسازی از سوی ایران لازم است.

◆ کمیته کشوری مبارزه با آنفلوآنزای مرغی سفر به عراق و ترکیه را ممنوع کرد.

◆ وزارت کشور مجموعه‌های خانه احزاب را غیررسمی دانست.

◆ هاشمی رفسنجانی در قم با مراجع دیدار کرد.

◆ گروگانگیری یک ماهه مرزبانان ایرانی در سیستان و بلوچستان خاتمه یافت.

◆ شهریه دانشگاهها کاهش یافت.

◆ انفجار بمب اوضاع را در اهواز آشفته کرد.

◆ ذوالقدر: هیچ امتیازی به گروگانگیران داده نشده است.

◆ هاشمی: در پرونده هسته‌ای به هوشیاری احتیاج داریم.

◆ ایران به گرجستان گاز می‌فرستد.

لاریجانی: ظرفیت طرح روسیه پاسخگوی نیاز انرژی هسته‌ای ایران نیست.

◆ ۱۰ زن وارد کابینه شیلی شدند.

◆ قاتل خبرنگار رویتر در افغانستان اعدام می‌شود.

◆ چاوز دیپلمات‌های آمریکایی در ونزوئلا را به جاسوسی متهم کرد.

◆ وکلای صدام خواهان برکناری قاضی دادگاه صدام شدند.

◆ قطر و مصر بین حماس و اسرائیل میانجیگری می‌کنند.

◆ خالدمشعل از آمادگی حماس برای صلح عادلانه سخن گفت.

◆ گرجستان گاز سفارت روسیه را در تفلیس قطع کرد.

◆ کابینه هند ترمیم شد.

◆ پدربزرگ بوش شریک تجاری هیتلر بود.

◆ مناسبات ژاپن با ناتو تقویت می‌شود.

◆ یک سیاستمدار مخالف ازبکستان محاکمه می‌شود.

◆ سوریه با ۳ شرکت اروپایی قطع رابطه کرد. دمشق مدعی است که این شرکتها با اسرائیل رابطه دارند.

◆ بوش به پاکستان سفر می‌کند.

◆ پسر رفیق حریری با رایس ملاقات کرد.

◆ نخست وزیر ترکیه با جنگ دیگری در منطقه مخالفت کرد.

شکست الفتح و پیروزی حماس

حسن فتحی

شکست

۱۳ سال پس از تشکیل دولت خودگردان فلسطین و درحالی که بیش از یک سال از درگذشت **یاسر عرفات** رهبر فلسطین و الفتح می‌گذرد این جنبش که سالها بزرگترین و مردمی‌ترین حرکت فلسطینی‌ها بشمار می‌رفت در یک انتخابات آزاد و دموکراتیک از رقیبی که از نظر سابقه چندان عمر طولانی ندارد شکست خورده و این واقعیت در صحنه سیاسی فلسطین آشکار شد که اگر یک حرکت و جنبش انقلابی بخواهد به بقای خود ادامه دهد و حضوری فعال در بین مردم داشته باشد باید رابطه با آنها را حفظ کرده و اجازه ندهد مسوولیت‌ها و قدرت آن را از محتوا تهی ساخته و به فساد بکشد.

دکتر شریعتی در تحلیلی جامعه‌شناسانه از تبدیل حرکت‌ها و استحاله آنها می‌گوید و اعلام می‌دارد که اگر یک حرکت و جنبش به نظام تبدیل شود و تحرک و پویایی خود را از دست بدهد ماهیتش دچار تغییر شده و به‌تدریج استحاله خواهد شد. زیرا حرکت و جنبش در ذات خود با پویایی و تحرک همراه است اما زمانی که به نظام تبدیل می‌شود ایستا شده و از محتوا تهی می‌شود.

این مشکل و یا بلایی است که بر سر اکثر انقلاب‌ها و حرکت‌ها خصوصاً در جهان سوم آمده و آنها را به ابزاری در دست حکومت‌ها و رهبران برای سرکوب مردم تبدیل کرده است.

این وضعیت متاسفانه برای جنبش فتح که بزرگترین جنبش فلسطینی‌ها بوده و از زمان تاسیس در دهه ۱۹۶۰ تاکنون نبض قدرت را در سازمان آزادیبخش فلسطین (ساف) و ارگانهای فلسطین در دست داشته به وجود آمده و شکست اخیر از حماس در دومین انتخابات پارلمانی نشان داد که نتوانسته خود را با مردم و خواسته‌های آنها همراه کرده و پویایی و تحرک خود را حفظ کند. در تبدیل جنبش به نظام که در جهان سوم نمونه‌های بسیاری از آن را می‌توان مثال آورد چریکها و رهبرانی که سلاح در دست گرفته و برای پیشبرد اهداف مبارزه می‌کردند به مدیران پشت میزنشین تبدیل شده و با مبارزه و پویایی خداحافظی می‌کنند. آنها در این راستا سنگر مبارزه را با حضور در دفاتر پرزرق و برق عوض کرده و با گرایش به فساد و سوءاستفاده استحاله شده و تغییر ماهیت می‌دهند.

البته این واقعیت را باید پذیرفت که در صورت پیروزی انقلاب‌ها، جنبش‌ها ناگزیر به نظام تبدیل شده و حالت ایستا به خود می‌گیرند اما رهبران باید به‌گونه‌ای عمل کنند تا مانع نفوذ فساد و رشوه و عواملی که می‌توانند همچون موریانه ارکان و چارچوب نظام را از بین برده و به ضدارزش تبدیل کنند، شوند.

جنبش فتح متاسفانه نتوانست در قالب جدیدی که یافته بود به موفقیت رسیده و خود را حفظ کند، البته به نظر نمی‌رسد در صورتی که حماس هم تبدیل به یک حزب سیاسی شده و ناگزیر گردد سلاح خود را به زمین بگذارد نیز همان شرایط قبلی را دارا باشد. ولی این واقعیت را نباید نادیده گرفت که استحاله سرنوشت بسیاری از حرکت‌ها و جنبش‌ها بوده و خواهد بود.

در رابطه با استحاله انقلابها و تبدیل آنها به نظام‌هایی که به عامل و ابزار سرکوب تبدیل شده‌اند می‌توان به انقلاب‌های کوبا، الجزایر، ویتنام و یا شوروی پیشین اشاره کرد.

این جابجایی در اهداف و دیدگاهها که با استحاله رهبران و روشها همراه است سبب جدایی مردم از آنها شده و مردم را رویاروی کسانی قرار می‌دهد که قبلاً حامی این افراد بودند.

اولین قدم

جالب‌ترین و کلاسیک‌ترین استحاله و تغییر دیدگاههای انقلاب و انقلابیون و تبدیل آنها به عناصر بازدارنده را در شوروی سابق شاهد بودیم که چگونه **بلشویک‌ها** به رهبری **لنین** پس از کسب قدرت با تمامی مظاهر مردم‌سالاری به مخالفت برخاسته و در مقابل مردم ایستادند. آنها در اولین قدم، مجلس موسسان را که قرار بود برای آینده روسیه قانون اساسی تدوین کند منحل کردند. پس از آن به سرکوب ملوانان کرونشتات پرداختند که حامی انقلاب بوده و انقلاب کمونیستی اکتبر پیروزی خود را مدیون آنها بود. درنهایت نیز با اعدام و ترور افرادی نظیر تروتسکی نشان دادند که به مراتب دیکتاتورتر از تزارها و حکومتی‌های پیشین هستند و حاضر به تحمل کوچکترین زمزمه‌های مخالفی نیستند.

اصولاً به این واقعیت باید توجه کرد که تمامی انقلاب‌ها و حرکتها در یک مقطع زمانی دچار تغییر و استحاله می‌شوند. زیرا تغییر جهت از حرکت و جنبش به نظام در صورت پیروزی اجتناب‌ناپذیر است. ولی برخی از رهبران سعی می‌کنند با حفظ رابطه با مردم آثار و عواقب ناگوار این چرخش را به حداقل برسانند.

استحاله الفتح و رهبرانش آنها را در مقابل مردم قرار داد و به حذف از قدرت انجامید اما اگر حماس تغییر مشی بدهد به نفع این گروه و فلسطین خواهد بود و می‌تواند آن را از نظر سیاسی به رقیبی قدرتمند در مقابل الفتح تبدیل کند.

اگرچه ممکن است این باور در عده‌ای به وجود آمده باشد که پیروزی حماس در دومین انتخابات پارلمانی فلسطین و شکست الفتح به منزله ناکامی **محمود عباس** رهبر فلسطین در تحقق انتفاضه سیاسی است اما اگر آنچه در این سرزمین صورت گرفت را به درستی مورد تجزیه و تحلیل قرار بدهیم این واقعیت آشکار خواهد شد که آنچه در این انتخابات روی داد نتیجه همان انتفاضه سیاسی بود که از سوی محمود عباس تبلیغ می‌شد.

سوال بی‌پاسخ

محمود عباس معتقد است که دوران انتفاضه نظامی به سر رسیده است. او در بیش از یک سالی که پس از مرگ عرفات قدرت را در دست داشته توانسته گامهای بزرگی برداشته و به موفقیت‌های قابل توجهی دست بیابد که به نظر می‌رسد بزرگترین

دستاورد تلاش‌هایش خروج اسرائیل از نوار غزه بوده است. اقدامی که به هیچ‌وجه قابل تصور نبوده و انتظارش در زمان نخست وزیری **آریل شارون** نمی‌رفت. زیرا او با هدف سرکوب و قلع و قمع فلسطینی‌ها روی کار آمده بود. مقایسه انتخابات کنونی با آنچه که در سال ۱۹۹۶ روی داد و با تحریم حماس و دیگر گروههای فلسطینی همراه بود نشان از پیشرفت دموکراسی در این سرزمین دارد. اما نمی‌توان پاسخی صحیح و شفاف به این سوال داد که آیا این روند ادامه یافته و یا از جانب گروههای افراطی مورد تهدید قرار خواهد گرفت؟

در طول ۱۳ سالی که از استقرار دولت خودگردان در اراضی اشغالی فلسطین می‌گذرد، توافق‌های فلسطینی‌ها و اسرائیل همواره از جانب گروههای افراطی مورد تهدید قرار گرفته است. از ترور **اسحاق رابین** نخست وزیر پیشین اسرائیل که قرارداد ۱۹۹۳ اسلو را امضا کرد تا **شارون** که دستور خروج اسرائیل را از نوار غزه داد و یا از عرفات که بر صلح شجاعانه تاکید داشت تا محمود عباس که مروج و مبلغ انتفاضه سیاسی است همواره یکی از موانعی که بر سر راه طرفین قرار داشته فعالیت‌ها و اقدامات افراطیون بوده است که هرگونه مذاکره را برای دستیابی به صلح نفی کرده و بر نابودی طرف مقابل تاکید داشتند.

امروزه هم این زمزمه‌ها به صورت خطرناکی به گوش می‌رسد، زیرا در یک سو افراطیون یهودی قرار دارند که تهدید به ترور شارون کرده بودند و در سوی دیگر رهبران پیشین موساد - سازمان اطلاعاتی اسرائیل - هستند که اعلام کرده‌اند رهبران حماس را ترور خواهند کرد.

اگر به این مسائل دامن زده شود تلاشها برای تشکیل کشور مستقل فلسطین از بین رفته و نادیده گرفته خواهد شد و امیدی که در میان ملت فلسطین برای زندگی در صلح به وجود آمده نقش برآب خواهد شد.

تنش‌زدایی

تحولات میان اسرائیل و فلسطینی‌ها از سال ۱۹۹۳ آغاز شد که طرفین اقدام به شناسایی یکدیگر کردند و به این مساله اعتراف کردند که برای رفع مشکلات و اختلافات می‌خواهند در راه صلح قدم بردارند. تلاشهایی که در این سالها صورت گرفته تا حدودی در زمینه تنش‌زدایی موثر بود اما اقداماتی نیز از جوانب مختلف برای عقیم گذاشتن تلاشها شاهد بودیم. ولی این واقعیت را نمی‌توان نادیده گرفته یا انکار کرد که امروزه تنش‌زدایی و تلاش برای برقراری صلح و آرامش میان اسرائیل و فلسطینی‌ها نهادینه شده و حامیان بسیاری دارد. اما مساله اصلی این است که دو طرف صلح را چگونه تفسیر می‌کنند؟

وقتی که سازمان آزادیبخش فلسطین (ساف) و اسرائیل در زمان نخست وزیری اسحاق رابین نابودی یکدیگر را نفی کرده و زندگی در کنار هم را تاکید کردند مشخص گردید که قرار است این روند ادامه یابد. هرچند این دیدگاه مخالفینی داشته و دارد اما هیچ کس نمی‌تواند این واقعیت را نفی کند که فلسطین به دنبال تاسیس یک کشور مستقل است.

در سال ۱۹۴۷ سازمان ملل متحد رأی به تقسیم سرزمین فلسطین و تاسیس دو کشور عربی و یهودی داد که در همین راستا در سال ۱۹۴۸ اسرائیل شکل گرفت اما اعراب که خود را قیم فلسطینی‌ها می‌دانستند از پذیرش این قطعنامه خودداری کردند که همین مساله سرآغاز جنگ و درگیری شد که تاکنون ادامه داشته است.

بزرگترین لطمه به فلسطینی‌ها در جنگ ۶ روزه سال ۱۹۶۷ وارد آمد که تمامی این سرزمین و بخش‌هایی که قرار بود طبق طرح تقسیم کشور عربی در آن تاسیس شود به اشغال اسرائیل درآمد. همان زمان و پس از جنگ رمضان سال ۱۹۷۳ شورای امنیت سازمان ملل در ۲ قطعنامه خواستار عقب‌نشینی اسرائیل به پشت مرزهای قبل از جنگ ۶ روزه شد که شامل ۲۲ درصد اراضی فلسطین می‌شود که نوار غزه، کرانه غربی رود اردن و شرق بیت‌المقدس را دربر می‌گیرد.

در این سالها هیچ‌گاه طرفین تمایلی به پذیرش قطعنامه‌ها نداشته و همواره از نابودی طرف مقابل سخن می‌گفتند به گونه‌ای که احمد شوقیری اولین رهبر ساف همواره فریاد برمی‌آورد که یهودیان را به دریا خواهد ریخت و یا اینکه سران اسرائیل از شکل‌گیری امپراتوری پهناور اسرائیل از نیل تا فرات سخن می‌گفتند.

ولی امروزه صحبت از همزیستی مسالمت‌آمیز است به‌گونه‌ای که دو طرف طرح صلح نقشه راه بوش را درباره ایجاد کشور مستقل فلسطین پذیرفته‌اند. فلسطینی‌ها و اسرائیلی‌ها براساس طرح زمین در برابر صلح سعی در حل اختلافات داشتند ولی هنوز نتوانسته‌اند به موفقیت در این رابطه برسند.

پیروزی حماس در دومین انتخابات پارلمانی فلسطین شرایط جدیدی را به وجود آورد. این گروه توانست ۷۶ کرسی از ۱۳۲ کرسی پارلمان را از آن خود کند که موفقیت قابل توجهی است.

دو حرکت جدید

در این روزها دو حرکت آغاز شده که در آینده فلسطین و منطقه تاثیرگذار خواهد بود.

- **حرکت اول** برای تنش‌زدایی میان حماس با الفتح و رهبریت فلسطین و درنهایت اسرائیل و آمریکا است. زیرا هر دولتی که در فلسطین روی کار بیاید ناگزیر است با رهبری فلسطین، اسرائیل و آمریکا همکاری کند و این‌گونه نیست که مناطق فلسطینی جزیره‌ای جدا از منطقه بوده و قادر باشند هرگونه که مایل هستند زندگی کنند. همچنین برای تعیین آینده فلسطین و دولت خودگردان نیاز به مذاکره و تبادل‌نظر با اسرائیل است در غیر این صورت اوضاع به وخامت خواهد گرایید. تجربه تلخ آخرین ماههای حیات عرفات که او در مقرش در محاصره بود و یا تلاش شارون برای تبعید مجدد او یا ترور سران فلسطین نباید تکرار شود و این بستگی به درایت سران حماس دارد.

- **حرکت دوم** به جریان انداختن چرخ‌های اقتصاد فلسطین است. بسیاری از فلسطینی‌ها در اسرائیل کار می‌کنند و یا از نظر مالی وابسته به کمک‌های اقتصادی آمریکا و اتحادیه اروپا هستند. باید شرایط به‌گونه‌ای باشد که این کمک‌ها استمرار یابد.

در این رابطه در روزهای گذشته حرف و حدیث‌های بسیاری وجود داشته است به‌گونه‌ای که کمیته چهارجانبه روسیه، اروپا، سازمان ملل و آمریکا که حامی طرح صلح نقشه راه است در نشستی در لندن صراحتاً در بیانیه‌ای اعلام کرد که دولت آینده فلسطین باید به چند مساله از جمله پرهیز از خشونت، به رسمیت شناختن اسرائیل و پذیرش توافق‌های پیشین از جمله طرح نقشه راه پایبند باشد.

در همین رابطه **بوش رئیس جمهوری آمریکا** اعلام می‌دارد که از دولت حماس حمایت نمی‌کند و یا اینکه اتحادیه اروپا تهدید می‌کند که کمک ۶۱۳ میلیون دلاری خود را به دولت فلسطین قطع خواهد کرد. اقتصاد فلسطین یک اقتصاد اعانه‌ای است این‌گونه که با دریافت کمک‌های اقتصادی از آمریکا و اتحادیه اروپا به حیات خود ادامه می‌دهد. قطع این کمک‌ها را می‌توان برای دولت فلسطین فاجعه‌آمیز خواند.

حال این بستگی به دولت جدید دارد که سیاست‌های خود را به‌گونه‌ای تنظیم کند تا چالش و نزاع به همزیستی تبدیل شود.

یک تحلیلگر مسایل منطقه می‌گفت انتخابات فلسطین درحالی برگزار شد که فلسطینی‌ها امیدوار بودند در سایه این انتخابات، صلح و آرامش و حاکمیت قانون برای آنها به ارمغان بیاید.

حال با توجه به نتایجی که بدست آمد آیا می‌توان امیدوار بود که خواسته آنها تحقق یابد؟

«**احمد ابوالغیط**» وزیر خارجه مصر مدعی است حماس با رویکرد به روند مسالمت‌آمیز در سرزمین‌های فلسطین با تغییر بنیادین در اندیشه و شعارهای مبارزاتی خود مواجه خواهد شد و در راه شناسایی اسرائیل و مذاکره با آن گام برخواهد داشت.

تغییر و اصلاح

شعار این گروه در انتخابات «تغییر و اصلاح» بود. حال باید دید چگونه آنها می‌خواهند این شعار را به عمل درآورند. **مصطفی برغوثی** از رهبران مستقل فلسطین گفته بود: نظام سیاسی فلسطین بعد از انتخابات شاهد کودتای سیاسی خواهد بود.

در این شرایط طرفین باید سعی در تعدیل دیدگاهها داشته باشند در غیر این صورت اوضاع به وخامت خواهد گرایید. ■

در هیچ جا و هیچ موقع دشمن نمی‌تواند به محبت غلبه کند. ● سیدنی

سه گانه

کیان فولادی

آخرین روزهای پرونده هسته‌ای

ماجرا از جایی آغاز شد که آژانس بین‌المللی انرژی اتمی به ایران اعلام کرد که برخی فعالیت‌های ایران، پیرامون دستیابی به انرژی هسته‌ای برای این سازمان کاملاً شفاف نیست و از مسوولان انرژی هسته‌ای در کشورمان درخواست کرد که اطلاعات کاملی دراختیار بازرسان این آژانس قرار دهد. آنطور که آنروزها در مطبوعات و رسانه‌ها گفته می‌شد، ظاهراً برخی کشورهای بزرگ و برخی گروهکهای کوچک سیاسی مخالف جمهوری اسلامی ایران، اطلاعاتی مشکوک به آژانس داده بودند که براساس آن ادعا شده بود، ایران در تحقیقات و فعالیتهای هسته‌ای خود به سمتی حرکت می‌کند که در آینده‌ای نه‌چندان دور قدرت ساخت سلاحهای هسته‌ای را خواهد داشت و اصلاً علاقه فراوانی! به ساخت این نوع سلاحها دارد. ایران پس از مدتی کوتاه به این

☑ ارجاع پرونده هسته‌ای ایران به شورای امنیت، ابزاری است برای دشمنان ایران تا هم به هر سختگیری و فشاری علیه ایران ظاهری قانونی بدهند و هم فرصت بهره‌برداری از تحقیقات فعالیت‌های هسته‌ای را از کشورمان سلب کنند

خوشیهای یک کارگر افغان

در یکی از مواد قانون کار آمده است که اگر کارفرمایی، از کارگران خارجی غیرمجاز استفاده کند، به حبس محکوم خواهد شد. مجازات حبس با این هدف در این ماده تعبیه شده که جوانان بیکار ایرانی مطمئن باشند کارفرمایان ایرانی به هیچ قیمتی فرصتهای شغلی را دراختیار کارگران ارزان قیمت خارجی قرار نمی‌دهند چرا که در غیر اینصورت باید محیط کارگاه و کارخانه را با اتاقهای زندان عوض کنند. در قانون بودجه امسال اما ماده جدیدی از سوی دولت گنجانده شده که اجازه می‌دهد کارفرمایی که کارگر غیرمجاز خارجی را استخدام می‌کند، برای بار اول جریمه نقدی بپردازد و به زندان نرود، اگر بار دیگر هم کارگر غیرمجاز خارجی را استخدام کرد باز جریمه بپردازد و به زندان نرود و درنهایت اگر برای سومین بار از کارگران غیرمجاز خارجی استفاده کرد، مجازات زندان درباره او اجرا گردد. وقتی برای اولین بار این حکم قانون برنامه را می‌خوانیم، به نظر می‌رسد دولت محترم درنظر دارد به جای آنکه امکان اشتغال را برای جوانان بیکار ایرانی فراهم کند، می‌خواهد از اشتغال کارگران خارجی حمایت کند و کارفرمایان متخلف را به جای حبس، تنها با چند ریالی جریمه کند. اما اگر نخواهیم ماده را اینطور بخوانیم و اگر به دولت اعتماد داشته باشیم، چنین فکر می‌کنیم که دولت قصد داشته تا در لایحه بودجه به هر شکل ممکن درآمدهای بیشتری به چنگ آورد تا از این درآمدها برای ایجاد شغل برای جوانان بیکار ایرانی استفاده کند. و یکی از این راههای کسب درآمد، آن است که بجای زندان رفتن کارفرمایان متخلف، از آنها جریمه بگیرد، با پول جریمه امکانات اشتغال را ایجاد کند و به جوان ایرانی کار بدهد. این البته صورت خوش‌بینانه ماجراست اما در همین صورت خوش‌بینانه هم اشکالی وجود دارد که نمی‌گذارد از این حکم قانون پیشنهادی بودجه سال آینده، به آسودگی بگذریم. اینکه آیا بهتر نیست با همان قانون قبلی، مجازات کارفرمایانی که کارگر خارجی غیرمجاز استخدام می‌کنند، زندان باشد تا فرصتهای شغلی را دراختیار ایرانیها قرار دهند؟ تا اینکه دولت

☑ دولت در لایحه بودجه سال آینده، پیشنهادی داده که بیشتر از همه، کارگران افغانی از تصویب آن خوشحال خواهند شد!

نامه و تهمتهایی که در آن بود پاسخ داد، اما خود آن نامه و اعتراض، ارزش چندانی نداشت، چراکه ابتدای بهانه‌گیریهای برنامه‌ریزی شده‌ای بود که حدود سه سال است به طول انجامیده و سرانجام در هفته‌ای که گذشت، هدف اولیه و نهایی آن، به‌طور رسمی اعلام شد. جواب مفصل و طولانی ایران به نامه آژانس هم سرآغاز دهها و شاید صدها جلسه گفتگو، نامه، پیغام و مصاحبه‌ای شد که از سوی ایران و آژانس بین‌المللی اتمی انجام شد، با این امید که اگر سوالاتی درباره چگونگی برنامه هسته‌ای ایران وجود دارد، با توضیحات گوناگونی که داده شد و انواع بازرسیهایی که شکل گرفت، برطرف گردد. اما نوع اشکالاتی که به بهانه هسته‌ای ایران گرفته می‌شود و شکل اشکالات به‌گونه‌ای بود که بسیاری از ناظران سیاسی از همان ابتدا پیش‌بینی می‌کردند که این نوع گفتگو و سوال و جواب به نتیجه مفیدی نخواهد رسید، چراکه سوالات و اشکالاتی که آژانس مطرح می‌کرد و ایراداتی که طرفهای مذاکره‌کننده با ایران روی میز می‌گذاشتند و پاسخهای ایران هیچگاه طوری نبود که این امید را ایجاد کند که شبهات و سوالات آژانس رو به پایان است، بلکه با هر پاسخ ایران، چند سوال و درخواست تازه مطرح می‌شد، سوالاتی که بسیاری از آنها در گذشته، پاسخ داده شده بودند اما باز تکرار می‌شوند. این پرسش و پاسخ ادامه یافت تا روزهایی که وزرای خارجه چند کشور اروپایی که درحال مذاکره با ایران بودند، خواسته جدیدی را مطرح کردند و آن اینکه ایران باید نسبت به فعالیت‌های هسته‌ای خود اعتمادسازی کرده و کاری کند که آژانس و برخی کشورهای اروپایی مطمئن باشند تحقیقات و فعالیتهای هسته‌ای ایران، هیچ روزی به سمت ساخت سلاح اتمی نخواهد رفت. و عجیب اینکه، هیچ وقت هم صریحاً گفته نمی‌شد کدام کار ایران می‌تواند چنین اعتمادی برای اروپاییان تولید کند. ایران بسیاری از فعالیتها را داوطلبانه تعلیق کرد، صدها صفحه گزارش تهیه کرد، بازرسان آژانس را به تمام اتاقهای مراکز تحقیقاتی راه داد ولی همچنان بهانه‌گیریها ادامه یافت. اندک اندک این فکر در ذهن‌های بسیاری از ایرانیان افتاد که ظاهراً هیچ فعالیتی در انرژی هسته‌ای از طرف اروپاییها قابل پذیرش نیست و اگر با دقت می‌نگریستی در برخی اظهارنظرهای طرفهای اروپایی، گهگاه گفته می‌شد که ایران نباید به غنی‌سازی اورانیوم ادامه دهد، درحالی که ایران از همان ابتدا گفته بود این کار را براساس قوانین بین‌المللی حق مسلم خود می‌داند. به این ترتیب هدف اصلی ایرادات و بهانه‌گیریها که از سه سال قبل آغاز شد، دیگر برای همه آشکار شده بود و کسانی که مذاکرات ایران و آژانس و اروپا را دنبال می‌کردند، به وضوح می‌دیدند که دو طرف در مذاکرات به نقطه‌ای رسیده‌اند که هیچ‌یک حاضر به کوتاه آمدن از خواسته خود نیست، نقطه‌ای که با اندکی دقت‌نظر و ظرافت، از ابتدای مذاکرات هم معلوم بود ولی، بازیهای سیاسی، مانع از آشکار شدن آن در طول سه سال گذشته شد. چند روز قبل از میان ۳۵ عضو آژانس تنها ۳ عضو با گزارش پرونده ایران به شورای امنیت سازمان ملل متحد مخالفت کردند، و این یعنی با تمام گفتگوها و حتی وعده‌هایی که چین و روسیه درباره حمایت از حق ایران داده بودند، قدرت و نفوذ آمریکا و اروپا آنقدر هست که با اکثریت بالایی، گزارش پرونده ایران به شورای امنیت را به تصویب رساند و به ایران فرصت یک ماهه‌ای بدهد تا اگر راه‌حلی برای جلب‌نظر آژانس پیدا نکرد در رأی‌گیری دیگری در ماه آینده، پرونده را به طور کامل به شورای امنیت ارجاع کند و شورای امنیت با ابزارهای خشنی که دراختیار دارد، تصمیم بگیرد که چگونه باید با فعالیت‌های هسته‌ای ایران برخورد کند.

چند روز قبل از این رأی‌گیری نیز رئیس مجمع تشخیص مصلحت نظام پس از ۸ سال از آخرین سفر رسمی خود به شهر قم، برای دیدار با مراجع تقلید، به این شهر مسافرت کرد و در دیدارهای خود با مراجع معظم تقلید درباره به‌کارگیری تدبیر در پرونده هسته‌ای ایران با ایشان گفتگو کرد. از سوی دیگر وزارت خارجه هم اعلام کرده که همچنان آماده مذاکره با اروپاییان برای یافتن راه‌حلی عادلانه و عاقلانه است. گفتگوها و تدبیری که دشمنان ایران منتظرند با بی‌نتیجه گذاشتن آن، شورای امنیت را در مقابل ایران قرار دهند تا هم هر اعمال فشار سختگیری بر ایران ظاهری قانونی پیدا کند و هم ایران را چنان با تحریمها و منزوی کردنها به خود مشغول کنند که فرصت بهره‌برداری از تحقیقات و فعالیتهای هسته‌ای خویش را هم از کف بدهد.

خدمتگزار بخواهد اول قانونی جدید بنویسد، سپس از کارفرمایان پول جریمه بگیرد، بعد از آن کارخانه و کارگاهی راه بیاندازد و سرانجام از کارگر ایرانی بخواهد که در این کارخانه و کارگاه مشغول به کار شود درحالی که این کارگاه یا کارخانه، قبلاً توسط کارفرمایان ساخته شده بود اما تنها اشکالش این بود که از کارگر ایرانی استفاده نمی‌کرد!

البته این تنها پیشنهاد بودجه سال آینده است و می‌توان خوش‌بین بود که این پیشنهاد دولت در مجلس شورای اسلامی موفق نباشد و کارگران ایرانی جویای کار با دلی آرامتر به دنبال کار بگردند، اما در لایحه متمم بودجه سال قبل که چند روز قبل به تصویب رسید هم نکته عجیبی وجود داشت که دیگر نمی‌توان به اصلاح آن خوش‌بین بود. به دلیل کمبودهایی که در بودجه امسال به وجود آمد، دولت ناچار شد برخی مخارج خود را کاهش دهد تا با پولی که در دست دارد بتواند از عهده این چند ماه آخر سال برآید و به این ترتیب یکصد میلیارد تومان از بودجه‌ای که برای تکمیل متروی شهر تهران کنار گذاشته شده بود، کاسته شد. یکصد میلیارد تومانی که می‌توانست گره‌های زیادی را از سر راه متروی تهران باز کند، مترویی که هرچه سریعتر کامل شود، می‌تواند از ترافیک و آلودگی هوای تهران بکاهد، آلودگی هوایی که چند هفته پیش، نفس تمام تهرانیها را گرفته بود و همه به این می‌اندیشیدند که چطور می‌توانند شهر و مردمانش را از خطر «مرگ در اثر آلودگی هوا» رها کنند. به همین سادگی و در فاصله‌ای به همین کوتاهی، همه چیز فراموش می‌شود و دولتمردان تنها به این خوشنود می‌شوند که یکصد میلیارد تومان از کسری بودجه رفع شد و کم‌کم مخارجمان با درآمدهایمان برابر می‌شود!

سفیدهای ارزان، قرمزهای گران

گوشت قرمز، یکماه مانده به عید نوروز کمیاب شده و بهای آن در جاهایی که یافت می‌شود به حدود ۷ هزار تومان رسیده است! وقتی روزهای بازگشت حجاج خانه خدا فرا می‌رسد، طبق یک سنت عجیب هر سال بهای گوشت قرمز به دلیل تقاضاهای زیاد برای قربانی کردن گوسفند، افزایش می‌یابد، اما امسال این ایام با روزهایی همزمان شده که طبق گفته مسوولان بهداشت کشور ترکیه، آنفولانزای پرندگان از ترکیه به ایران هم آمده ولی مسوولان ایرانی از گفتن آن خودداری می‌کنند. البته مسوولان وزارت بهداشت تا امروز با تمام توان این شایعه را تکذیب می‌کنند ولی وجود همین شایعه کافی است تا بهای مرغ ارزان شود و مصرف گوشت قرمز افزایش یابد. البته به هر روی باید منتظر بود که در روزهای تعطیلات عید با انتشار خبر مشاهده حتی یک مورد آنفولانزای پرندگان در ایران باز هم بهای گوشت قرمز افزایش عجیبی یابد. ولی در این میان پاسخ وزیر بازرگانی درباره افزایش بهای گوشت قرمز و تدابیر دولت برای آن، شنیدنی است که می‌فرمایند، مردم گوشت مرغ بخورند تا گوشت گوسفند ارزان شود! در این آخرین ماه مانده به پایان سال و هیاهوی خریدهای سال نو، به جای آنکه وزیر محترم بازرگانی هر روز از تدابیر جدی دولت برای جلوگیری از افزایش کالاهای اولیه مورد نیاز مردم بگوید، به مزاح مردم را دعوت به مصرف گوشت مرغ می‌کند تا به‌طور ضمنی به مردم گفته باشد که در صورت گرانی بهای گوشت قرمز، کار چندانی از وزارت بازرگانی ساخته نیست.

☑ کافی است کمی این شایعه پررنگ‌تر شود و کمی این نوع مصاحبه‌های برخی وزرای محترم، تکرار، تا بهای گوشت قرمز در ایام نوروز به بالای ۱۰ هزار تومان برسد

دوست حقیقی آن است که پشت سر دوست هم صدیق باشد •حضرت امیر(ع)

گزارش شهرستان

کاشمر: شهر برازنده‌ترین رستنی جهان

یکی از سروهای کهنسال در باغمزر کاشمر

فرستاد هرسو به کشور پیام
که چون سرو کشمر به گیتی کدام؟
کنون هرکه این پند من بشنوید
پیاده سوی سرو کشمر روید
همه تاجداران به فرمان او
سوی سرو کشمر نهادند روی

«سرودهٔ دقیقی توسی شاعر نامدار در وصف سرو کاشمر»

نام کاشمر از واژه‌های کیشمر، کشمیر و کشمار برگرفته شده است، کاشمر را همچنین صورت کامل شده واژه‌های کاجخر و کاشغر دانسته‌اند، با این استدلال که «کاش» تبدیل شدهٔ واژه «کاج» است و «کاجخر» یادآور سرو بزرگ، کهن و معروف کاشمر است.

کاشمر پس از مشهد، دومین شهر زیارتی و سیاحتی خراسان رضوی به‌شمار می‌رود و یکی از مراکز مهم کشت زعفران است. نام شهر کاشمر بیش از ۲۰ بار تغییر یافته و آخرین نام آن «ترشیز» بوده که از ۶۰ سال پیش کاشمر نامیده شده است.

◇**زیر نظر: محمدحسین عسگری**

◁**ارسال گزارش از:**
حسن چراغیان - کوشه بردسکن

□**عکس‌های گزارش توسط**
سمیه دهقان تهیه شده است

○**همکار این شماره: لیلا همایونی**

پیشینهٔ تاریخی

هسته نخستین این شهر در اطراف سرو کهن کاشمر شکل گرفت و معروف است که این سرو، به دست زرتشت کاشته شده است و همین امر، دلیل روشنی بر پیشینه تاریخی شهر کاشمر به شمار می‌رود. آثار تاریخی برجای مانده از دوران‌های گوناگون، قدمت تاریخی چند هزار ساله کاشمر را ثابت می‌کند.

این شهر در زمینه دارا بودن مسجدهای زیبا و کم‌نظیر، زبانزد خاص و عام و مشهور بوده است و چنین نقل شده است که مسجد جامع قدیمی کاشمر، پس از مسجد جامع دمشق از جالب‌ترین و دیدنی‌ترین مسجدهای جامع در سطح شهرهای اسلامی بوده است.

درمیان شهرهای کشورمان شاید کمتر شهری باشد که نام آن به ۲۴ گونه تغییر کرده باشد، این نام‌ها عبارتند از: کشمر، کشمیر، کشمار، کیشمر، بست، بشت، پشت، بوشت، پوشت، بشت‌العرب، پشت نیشابور، ترسیز، طرشیز، ترشیز، ترتسیز، ترشیش، ترشش، ترشاش، ترسیس، طرثیث، طریثیث، طریشت، سلطان‌آباد و سلطانیه.

ویژگیهای جغرافیایی

شهرستان کاشمر از شمال با شهرستانهای نیشابور و سبزوار، از شرق و شمال شرقی با شهرستان تربت حیدریه، از جنوب با شهرستان گناباد و از غرب با خلیل‌آباد همسایه است.

براساس نتیجه‌های واپسین سرشماری که در کشورمان انجام گرفته، جمعیت شهرستان کاشمر حدود ۲۴۰ هزار نفر اعلام شده است. همچنین با توجه به واپسین تقسیمات کشوری، شهرستان کاشمر مشتمل بر ۲ شهر و ۲ بخش به نامهای بخش مرکزی و بخش کوهسرخ است.

در شهرستان کاشمر ۲ رشته کوه وجود دارد که یک رشته از این کوه‌ها در شمال کاشمر قرار گرفته و دارای قله‌های مخروطی آتشفشانی خاموش است، ضمناً در قسمت غرب کوهسرخ یک قله آتشفشان دیگر وجود دارد که آب گرم در دامنه این کوه جاری است.

رشته کوه دوم، رشته کوه جنوبی است که با رسیدن به کوه «یخاب»، پایان می‌یابد و به نام کوه «مغان» خوانده می‌شود.

هوای شهرستان کاشمر به سبب وجود ارتفاعات و قرار گرفتن در حاشیه کویر متغیر است، در برخی مناطق دارای شرایط سردسیری و مرطوب و در برخی مناطق دارای شرایط گرم و خشک است.

یکی از رودخانه‌های مهم شهرستان کاشمر، رودخانه «**شش طراز**» نام دارد.

جاذبه‌های طبیعی

در شهرستان کاشمر اقلیم‌های گوناگون و گاه متضاد در کنار هم قرار گرفته است، کاشمر در جنوب و غرب با کویر همسایه بوده و کوه‌های بلند منطقه «کوهسرخ» که بیشتر آن سردسیر است، سراسر شمال این شهرستان را فرا گرفته است.

بین ۲ پدیده جغرافیایی یادشده یعنی منطقه کویری و منطقه کوهستانی سردسیر، جلگه‌ای حاصلخیز قرار دارد که تا پایان دومین ماه بهار یعنی اردیبهشت، از هوای دل‌انگیز، مطبوع و فرحبخشی برخوردار است. همچنین برخی از جاذبه‌های طبیعی کاشمر عبارتند از:

◆**چشمه‌های آبگرم معدنی**: در دامنه کوه‌های آتشفشانی غرب «کوهسرخ» و «گرماب» کاشمر چند چشمه آبگرم معدنی از دل زمین می‌جوشد که گردشگران زیادی را جذب می‌کند.

◆**کوه‌های شمال کاشمر**: مناطق کوهستانی شمال کاشمر بویژه قله «هفت شاخ»، محل مناسبی برای کوهنوردی حرفه‌ای و آماتور است و هر سال کوهنوردان علاقه‌مند، رهسپار این کوهها می‌شوند.

راه‌های ارتباطی و مراکز اقامتی

کاشمر تا شهر مشهد (مرکز استان خراسان رضوی) حدود ۲۱۹ کیلومتر فاصله دارد. همچنین فاصله این شهر با شهرستان‌های همجوار از جمله تربیت حیدریه ۷۹ کیلومتر، خلیل‌آباد ۱۵ کیلومتر و بردسکن ۴۳ کیلومتر است.

کاشمر که در جنوب غربی خراسان رضوی قرار دارد، از طریق سه‌راهی شادمهر با شهرهای جنوبی و مرکزی و از طریق جاده بردسکن با شهرهای شمالی و غربی کشورمان ارتباط دارد.

کاشمر به سبب وجود زیارتگاههای فراوان، دومین شهر زیارتی استان خراسان بعد از مشهد شناخته شده است و به همین خاطر زائرسراهای گوناگونی برای گردشگران در این شهر تدارک دیده شده است.

◆**زائرسرای مرقد امامزاده سیدمرتضی**: در جوار مرقد این امامزاده، ۲ مجموعه زائرسرا وجود دارد که ساختمان یکی از زائرسراها نسبتاً قدیمی و دیگری نوساز است. در زائرسرای نوساز، امکانات اقامت برای ۳۵۰ نفر مسافر فراهم شده است و مسافران برای اقامت در یک اتاق این زائرسرا برای هر شبانه‌روز باید حدود ۳ هزار تومان بپردازند.

آثار تاریخی

«مقدسی» نویسنده شهیر در کتاب خود در زمینه مسجد جامع کاشمر چنین نگاشته است: شهر طریثیث جامعی دارد که پس از جامع دمشق،

نمایی از گنبد و گلدسته‌های مرقد امامزاده سیدمرتضی در کاشمر

چشم‌اندازی از یک کشتزار زعفران در کاشمر

ثروتمندتر از آن جامعی نیست، زیبا و پاکیزه است و این درحالی است که جامع دمشق را هنرمندان ایرانی، هندی و رومی با هزینه‌ای معادل ۷ سال مالیات «شام» ساخته بودند و ۱۸ کشتی زر و سیم در آن صرف شده بود و دنیای شگفتی بود از زیبایی، ثروت و هنر.»

◀**مسجد جامع کاشمر (ترشیز):** مسجد جامع ترشیز (کاشمر فعلی) درشمار شگفتی‌های روزگار خود بوده است، ولی هم‌اکنون از این ساختمان باشکوه و باعظمت، آثار قابل توجهی باقی نمانده است. آنچه که هم‌اکنون از این بنا باقی مانده، ساختمانی است که حدود دویست سال پیش زمانی که عبدالعلی‌خان و مصطفی قلی‌خان، رئیسان قبایل میش‌مست، ترشیز (کاشمر فعلی) را دراختیار داشتند (اوایل دوران فتحعلی‌شاه قاجار) ترکیب اصلی این مسجد از نو ساخته شد و فقط مقداری از ایوان و محراب آن با کاشی معرق آراسته شد.

◀**باغمزار:** بقعه‌ای که در باغمزار کاشمر ساخته شده، منسوب به «سیدحمزه» فرزند حضرت امام موسی کاظم(ع) است.

در اطراف این بقعه سروهای قدیمی وجود دارد که زیبایی محوطه آن را دوصد چندان کرده است و چنین گفته می‌شود که سروهای اطراف این بقعه بیش از هشتصد سال قدمت دارد. باغ اطراف مرقد این امامزاده حدود ۵۰ هزار مترمربع وسعت دارد و مرقد سیدحمزه در وسط این مجموعه سرسبز و باصفا قرار دارد.

◀**بقعه سیدمرتضی:** یک جاده راست و پردرخت به طول ۵ کیلومتر که به سوی شمال کاشمر امتداد دارد، این شهر را به مجموعه ییلاقی و زیبای بقعه سیدمرتضی پیوند می‌دهد.

◀**آرامگاه آیت‌الله مدرس:** عملیات اجرایی طرح جامع یک مجتمع فرهنگی از سال ۱۳۷۳ در جوار این آرامگاه به مساحت ده هکتار آغاز شد. مزار ۱۳۳ تن از سرداران شهید ۸ سال دفاع مقدس بنا به وصیت آنان در جوار آرامگاه آیت‌الله مدرس قرار دارد.

ضمناً در بخش جنوبی این مجتمع یک زائرسرا با ۳۸ اتاق و یک سالن اجتماعات سال گذشته به بهره‌برداری رسید و موزه آثار و اسناد آیت‌الله مدرس نیز سال گذشته در این محوطه گشایش یافت.

◀**قلعه آتشگاه:** ساختمان این قلعه که در حوالی شهر کاشمر قرار دارد، از قدمت بسیار طولانی برخوردار است و جهانگردان و گردشگران زیادی را جذب می‌کند.

◀**سد شاهی:** آثار باقی‌مانده از سد شاهی در بخش «کوهسرخ» و «ریوش» از دیگر آثار تاریخی و تماشایی کاشمر به شمار می‌رود.

◀**قلعه دختر و قلعه پسر:** بنای این قلعه‌ها که در نزدیکی آثار باقی‌مانده از سد شاهی قرار دارد، هر سال گردشگران زیادی را به تماشای خود فرا می‌خواند.

◀**آثار تاریخی در دامنه کمر باغدشت:** این آثار تاریخی که از زیبایی ویژه‌ای برخوردار است، ناگفته‌های بسیاری را در دل خود نهفته دارد.

◀**بقایای گورستان‌های گبرها در قراچه کوهسرخ.**

◀**بقعه امامزاده سیدمحمد در روستای زنده‌جان، مزار پیراسحاق در اسحاق‌آباد، مزار فرشه در ۲۵ کیلومتری کاشمر و مزار سیدمحمد در کاشمر** از دیگر مراکز تاریخی و تماشایی این شهر است.

صنایع دستی و سوغات

برخی از صنایع دستی کاشمر عبارتند از:

■ **قالی‌بافی:** قالی‌های دستباف کاشمر که توسط زنان و مردان هنرمند قالیباف این شهرستان بافته می‌شود، از نظر بکارگیری مواد اولیه مرغوب و نقشه‌های زیبا و بدیع قابل توجه است و مشتریان ویژه‌ای دارد.

> ◀**گفته می‌شود که سرو کهن کاشمر به دست زرتشت کاشته شده و همین امر نشانگر قدمت تاریخی این شهر است**

■ **سبدبافی:** تولید سبدهای گوناگون، رنگارنگ و زیبا که توسط سبدبافان کاشمری تولید می‌شود، از جمله صنایع دستی این شهرستان به‌شمار می‌رود.

■ **تولید ظرف‌های سفالی:** با توجه به شرایط ویژه جغرافیایی شهرستان کاشمر، تولید انواع ظرف‌های سفالی بویژه کوزه سفالی در آن رواج دارد.

در سفر به کاشمر می‌توان انواع قالی‌های دستباف، انواع سبدهای زیبا و ظرف‌های سفالی و همچنین اقلام خوراکی را به عنوان سوغات به همراه آورد.

مهمترین سوغاتی کاشمر «کشمش سبز قلمی» است که شهرت جهانی دارد و به اقصی نقاط جهان صادر می‌شود.

همچنین برخی از سوغاتی‌های خوراکی کاشمر عبارتند از: زعفران، حلوا مغزی، آلو خشک، انجیر خشک، برگه، پسته، زیره و قره‌قروت.

انواع میوه شامل: انگور، انار، انجیر، بادام، گردو، طالبی، خربزه، هندوانه، ریواس و... از دیگر سوغاتی‌های شهرستان کاشمر است.

مراکز آموزش عالی

●**دانشگاه پیام نور:** این دانشگاه دارای رشته‌های گوناگون است و صدها نفر دانشجو در آن به تحصیلات خود ادامه می‌دهند.

●**دانشگاه آزاد:** این واحد دانشگاهی امکان ادامه تحصیل را برای جمعی از دانشجویان بومی و غیربومی فراهم کرده است.

●**جهاد دانشگاهی:** در این واحد دانشگاهی نیز چند رشته گوناگون برای علاقه‌مندان دایر شده است.

●**حوزه علمیه کاشمر و حوزه علمیه کوهسرخ:** جمعی از علاقه‌مندان علوم دینی در این حوزه‌های علمیه مشغول ادامه تحصیل حوزوی هستند.

نشریه‌ها، کتابخانه و سینما

در شهرستان کاشمر چند نشریه برای علاقه‌مندان مطبوعات انتشار می‌یابد.

◆**آوای کاشمر:** این نشریه به سردبیری علیرضا افتخاری در کاشمر منتشر می‌شود.

◆**ماهنامه فرهنگی - اجتماعی مهراندیشان:** این ماهنامه توسط خانه مهراندیشان جوان شهرستان کاشمر تهیه و توزیع می‌شود.

◆**پیام روستا:** این نشریه توسط باشگاه جوانان روستای «کسرینه» انتشار می‌یابد.

◆**ندای روستا:** این نشریه زیرنظر باشگاه جوانان روستای «عارف‌آباد» منتشر می‌شود.

◆**کتابخانه مدرس:** این کتابخانه با زیربنای ۸۲۵ متر، ۲ سالن مطالعه و بخش تازه‌های کتاب، بزرگترین کتابخانه در سطح شهرستان‌های اطراف کاشمر است. ضمناً در این کتابخانه ۳۰ هزار جلد کتاب در دسترس علاقه‌مندان است.

◆**سینما ایران:** در سالن این سینما فیلم‌های سینمایی برای علاقه‌مندان به نمایش درمی‌آید.

شخصیت‌ها و مفاخر

شماری از مفاخر کاشمر عبارتند از:

اهلی ترشیزی (شاعر قرن دهم)، شهاب ترشیزی (شاعر عصر زندیه)، ظهوری ترشیزی (شاعر قرن یازدهم)، محی‌الدین طریثیثی، عمیدالملک کندری، ابوالفضل بتانی، علی بن ابراهیم بتانی، محمد بن عبدالرحمن بتانی، ابوبکر بستی، قاضی ابوبکر عبدالله بن محمد بشتی، احمد بن خلیل بشتی، آبی ترشیزی، اسماعیل ترشیزی، اقدسی ترشیزی، طوطی ترشیزی، کاتبی ترشیزی، محمدصالح ترشیزی، شیخ احمد جامی نامقی، ابوالحسن مستوفی، ایراندخت تیمورتاش و...

نمایی از آرامگاه آیت‌الله مدرس در کاشمر

در هر ذره‌ای از ذرات این نشان موجود است که او است خدای یگانه که هستی هر هستی به هستی اوست. ●ابوعلی سینا

آنانکه از مال دنیا کمتر دارند، بیشتر به فکر دیگران هستند

و ناگهان سیلی خروشان

اثر: پترا نمکووا

برگردان: دکتر بهمن بهروزی

☑داستان زن جوانی که درنهایت خوشی و آرامش، زندگی می کرد، اما ناگهان با فاجعه و تراژدی روبرو و تمامی زندگی او به آشوب کشیده شد

دعوت به کار

هنگامی که در سال ۲۰۰۳، نامه دعوت به همکاری از جانب یکی از ماهنامه‌های معتبر کشورم یعنی جمهوری چک را دریافت کردم، از خوشحالی در پوست خود نمی‌گنجیدم چرا که آهسته آهسته نگرانی بر من غالب می‌شد. چهار سال از فارغ التحصیل شدنم از دانشکده ژورنالیسم در پراگ می‌گذشت، اما به غیر از دو ماموریت موقت، هیچگونه پیشنهادی برای استخدام دریافت نکرده بودم، درحالی که در بیشتر از بیست رسانه فرم مخصوص تقاضای کار را پر کرده بودم. اما این را هم می‌دانستم که بیکاری، به یک معضل فراگیر در تمامی اروپا تبدیل شده و بخصوص بر جوانان اروپایی بیشترین آسیب از این حیث وارد آمده بود. من هم به عنوان یک زن جوان و ۲۸ ساله و اهل جمهوری چک، از این قاعده مستثنی نبودم. در نتیجه بیکاری آن هم بشکل فراگیر، حتی جوانها را نسبت به ازدواج هم بدبین کرده بود و کسی حاضر نمی‌شد تا در چنین وضعیتی خود را متعهد کند. درنتیجه شرایط من هم بسیار ناامیدکننده به نظر می‌رسید، چرا که نه پیشنهادی برای ازدواج دریافت می‌کردم و نه استخدام به‌سراغ من می‌آمد و درچنین اوضاع و احوالی بود که پیشنهاد همکاری با یک ماهنامه اجتماعی را دریافت کردم. البته این پیشنهاد با یک شرط هم همراه شده بود و آن هم اینکه من در صورتی استخدام می‌شدم که به عنوان نماینده و خبرنگار در خاوردور کار را آغاز کنم. البته من از آنجا که چاره‌ای نداشتم، از بیم آنکه مبادا پیشنهاد را پس بگیرند، بدون قید و شرط آن را پذیرفتم و بعد متوجه شدم که به عنوان نخستین منطقه ماموریت برای من، تایلند را درنظر گرفته‌اند. البته من همیشه رویای سفر به خاوردور را در سر داشتم، اما بعنوان توریست و بعد هم به کشورهایی چون ژاپن، چین و کره و نه به تایلند آن هم به عنوان خبرنگار!

محل ماموریت

از من خواسته شده بود که به نقاط مختلف تایلند سفر کنم و در هر منطقه یکی دو ماه اقامت کرده و از درون تار و پود اجتماع و زندگی مردم گزارش‌هایی را برای ماهنامه ارسال نمایم. بویژه از من خواسته شده بود که زندگی پرزرق و برق در شهرهایی چون بانکوک، پایتخت تایلند را فراموش کنم و زندگی واقعی در روستاها و سواحل دورافتاده تایلند را که از تلاش روزانه برای بقا و کار و زحمت فراوان برخوردار بود را پوشش دهم.

یک اتفاق خوب در تایلند

بالاخره من ماموریت خود را در **تایلند** آغاز کردم و سعی وافر هم داشتم تا آنچه که از من خواسته شده بود را اجابت کنم.

من مردم تایلند را دوست داشتنی و مؤدب یافتم که همواره دستی یاری‌دهنده داشتند و حتی چند بار با ایجاد زحمت برای خودشان سعی می‌کردند تا به من کمک کنند.

در یکی از مناطق ساحلی تایلند با یک خبرنگار و عکاس آمریکایی به نام «سیمون» آشنا شدم که برای مجله «مردم» در آمریکا خبر و عکس تهیه می‌کرد.

سیمون که ۳۵ ساله و مجرد بود، تقریباً مسوولیت و وظیفه‌ای مانند من را برعهده داشت، مضافاً به اینکه او یک عکاس مجرب هم محسوب می‌شد و با توجه به اینکه من از هنر عکاسی بی‌بهره بودم، در چند موقعیت از او در این مورد کمکهای گرانبهایی دریافت کردم و همین کمک‌ها از جانب سیمون بود که آشنایی ما را آغاز و بعد بیشتر و بیشتر کرد و پس از دو ماه این آشنایی به عشق و سرانجام به ازدواج منتهی شد. برای انجام مراسم ازدواج، از آنجاکه اقوام من همگی در پراگ اقامت داشتند، ما هم همین شهر را انتخاب کردیم. در پراگ خانواده و اقوام من شیفته اخلاق و رفتار سیمون شدند و در مدت کمی او را به عنوان عضوی در خانواده پذیرفتند. پس از اقامت چند ماهه در پراگ و بازدید از سایر شهرهای مهم در جمهوری چک که سیمون علاقه فراوانی برای مشاهده این مناطق از خود نشان داده بود، هر دوی ما برای از سرگرفتن ماموریت خود عازم تایلند شدیم و اولین مکانی که برای ما درنظر گرفته شد، ساحلی دورافتاده بنام کائولاک بود و بدین ترتیب ما در دسامبر ۲۰۰۴ و چند روزی قبل از کریسمس به کائولاک رسیدیم و بلافاصله یک کلبه زیبا و ساحلی اجاره کردیم، غافل از اینکه سرنوشت ما را در زمان و مکانی قرار داده بود که بزودی مهمترین خبرها در جهان را تشکیل می‌داد.

امواج آمدند

در شب قبل از کریسمس و سپس در روز کریسمس من و سیمون در کنار هم جشن گرفتیم. ابتدا هرکدام با خانواده‌های خود تماس تلفنی برقرار کردیم و به آنها تبریک گفتیم و سپس درحالی که بر سر میز شام ویژه کریسمس نشسته بودیم، برای آینده خود برنامه‌ریزی کردیم و حتی برای تعداد فرزندان هم نقشه کشیدیم.

فردای روز کریسمس یعنی روز بیست و ششم دسامبر سال ۲۰۰۴ به اتفاق سیمون درباره بقیه تعطیلات تصمیم گرفتیم، چرا که هنوز چند روزی از تعطیلات که تا فرا رسیدن سال نوی میلادی به طول می‌انجامد، باقی مانده بود و به همین دلیل هم تصمیم گرفتیم که این چند روز را به یک سفر کوتاه به یک منطقه ساحلی دیگر در تایلند که هر دو تمایل به دیدن آن و حتی تهیه گزارش داشتیم، اختصاص دهیم و پس از توافق در این مورد، به بسته‌بندی لوازم خود اقدام کردیم. من درحالی که لباسهای خود را درون یک ساک بزرگ می‌گذاشتم، ناگهان صدایی عجیب مانند صدای سوت ممتد را شنیدم. آنگاه با تعجب رو به سیمون کردم و از او پرسیدم: «این دیگر چه صدایی است؟» سیمون هم که به اندازه من متعجب شده بود، به نشانه بی‌اطلاعی شانه‌های خود را بالا انداخت و در همین لحظه بود که ناگهان چند موج آبِ سیاهرنگ یکی پس از دیگری به داخل کلبه سرازیر شد و تا زانوی ما را آب سیاه که مخلوطی از لجن و آب دریا بود، فراگرفت. من و سیمون نگاهی حاکی از تعجب و کمی هم واهمه به یکدیگر انداختیم و همینکه شروع به صحبت درباره اینکه چه باید انجام شود کردیم، ناگهان مکالمه متوقف شد چراکه آب با شدتی عجیب وارد کلبه شد و قبل از آنکه متوجه شویم چه اتفاقی افتاده، خود را در زیر آب یافتیم. من در زیر آب ابتدا سعی کردم تا درب خروجی را پیدا کرده و از آن خارج شوم چرا که تمامی کلبه را آب فرا گرفته بود، به همین دلیل درحالیکه تقریباً هیچ چیزی را نمی‌دیدم و چشمانم بخاطر نفوذ آب لجن و سیاهرنگ در آنها به سوزش افتاده بود، به طرف نقطه روشنی که تصور می‌کردم درب کلبه است شنا کردم. در همین حال ناگهان دستم به جسمی گرم خورد و با تلاش فراوان سعی کردم تا آن را تشخیص دهم و زمانی که این تشخیص را دادم، حالم منقلب شد و وحشت سراپای وجودم را فرا گرفت، چرا که جسم مذکور، بدن سیمون بود که هیچ حرکتی از آن دیده نمی‌شد و در آب غوطه می‌خورد. من سر و چشمهای او را لمس کردم و مایعی گرم دست او را پوشاند که متوجه شدم خون از سر او سرازیر شده و همانجا متوجه شدم که همسرم بدلیل برخورد شدید سرش به جایی و یا شئی جان خود را از دست داده است. در یک لحظه شدیداً احساس افسردگی کردم. حتی به خودم می‌گفتم که دیگر زندگی بدون سیمون برایم ارزشی ندارد و آرزوی مرگ کردم، اما باز هم ندایی در درونم به من نهیب زد که برای خاطر سیمون هم که شده باید زنده بمانم. بنابراین یکبار دیگر با همسرم خداحافظی کردم و دوباره بسوی نوری که هر لحظه بزرگتر می‌شد حرکت کردم. کلیه این اتفاقها و تفکرات در کمتر از یک دقیقه رخ داده و نفسم دیگر به شماره افتاده بود. آنگاه به زحمت خود را از چارچوب در خارج کردم و با دو دست شنا کرده و سرانجام به سطح آب رسیدم. درحالیکه دیگر نفسی برایم نمانده بود، ابتدا با دهان باز هوا را بداخل خود بلعیدم و سپس با دست خود روی چشمانم را کمی پاک کردم و سرانجام وقتی که چشم باز کردم تازه متوجه شدم که چه اتفاق وحشتناکی افتاده. در اطراف من در جایی که زمانی ساحل و ماسه‌های زیاد و کلبه‌های کوچک و بزرگ وجود داشت، تا چشم کار می‌کرد فقط آب بود و روی آب همه چیز دیده می‌شد.

بخش‌هایی از در و دیوار کلبه‌ها، اتومبیل‌های وارونه که فقط چرخهای آنها دیده می‌شد و از همه وحشتناک‌تر اجساد انسانها و حیوانات که روی آب غوطه می‌خوردند. در این میان صدای فریاد، ضجه و گریه بچه‌ها از همه جا شنیده می‌شد. مردمی که زنده مانده بودند، دست خود را به هر چیزی که می‌شد بند می‌کردند، برخی از تنه‌های درختها آویزان بودند، برخی روی ستونهای چوبی جدا شده از کلبه‌ها سوار بودند، خلاصه هر چیزی که روی آب شناور بود، چند نفری را روی خود حمل می‌کرد. دستها و پاهای من براثر ماندن در آب سرد کرخ شده

بود و من قدرت حرکت در آب را نداشتم، بنابراین ابتدا سعی کردم تا با چند تکان، خونی به درون دستها و پاهای خود وارد کنم و پس از چند دقیقه احساس کردم که می‌توانم حرکت کنم، اما هنوز دو دست شنا نکرده بودم که موج سهمگین دیگری حمله‌ور شد و من بار دیگر خود را زیر آب یافتم و باز هم با زحمت خود را به سطح آب رساندم، اما امواج یکی پس از دیگری فرود آمدند و مرا دیگر هیچ توانی نبود نه از نظر جسمی توانی برای بقا داشتم و نه از نظر روحی انگیزه‌ای برای ادامه زندگی، بدین ترتیب بود که خود را رها کردم و آب تلخ وارد دهان و حلق من شد و عجیب این بود که نوعی آرامش هم مرا فرا گرفته و به من اجازه می‌داد که سوزش و درد را تحمل کنم. حتی لحظه‌ای احساس کردم که دیگر در این دنیا نیستم. در همین لحظه تکانی شدید را در خودم احساس کردم و به خود گفتم که این حتماً باید مراحل مختلف جان دادن باشد. همراه با تکان احساس کردم که به طرفی کشیده می‌شوم و بعد هم نور وسیعی را در برابر خود یافتم. مطمئن بودم که مرده‌ام و این احساسهای عجیب همه در مرگ به من دست داده‌اند، اما ناگهان احساس کردم که ضربه‌هایی بر صورتم وارد می‌شود و بعد که چشمان خود را گشودم دو مرد تایلندی را دیدم که مرا روی آب نگهداشته‌اند و با ضربات سیلی بر صورتم مرا به هوش می‌آورند. چند دقیقه طول کشید تا از آنچه بر من می‌گذشت آگاهی پیدا کنم. این دو مرد از خود گذشته مرا از زیر آب بیرون کشیده بودند. من با زبان تایلندی دست و پا شکسته‌ای که در این مدت فرا گرفته بودم، پرسیدم: «چه خبر شده». آن دو نگاهی به یکدیگر انداختند و سپس یکی از آنها جمله‌ای بر زبان آورد که یک کلمه از آن را توانستم بفهمم و آن هم واژه «سونامی» بود. من این واژه را می‌شناختم و می‌دانستم که به وحشتناک‌ترین طوفانها گفته می‌شود که طی آن کیلومترها از خشکی و برخی اوقات شهرها و جزیره‌ها به تمامی به زیر آب می‌روند. من سوزش عجیبی در قسمت بالای پای خود احساس می‌کردم و هرچه که زمان می‌گذشت، این درد بیشتر و بیشتر می‌شد و من تردیدی نداشتم که دچار شکستگی استخوان شده‌ام. آن دو مرد هم که گویی از آسیب دیدگی من خبر داشتند، با دقت و به آرامی مرا به تنه قطور درختی که از جا کنده شده و در میانه آن دریای آب همچون یک جزیره امن به نظر می‌رسید، رساندند و با ملاحظه فراوان مرا روی درخت قرار دادند و بعد هم با ایما و اشاره به من فهماندند که باید برای نجات بازماندگان اقدام کنند و سپس دوباره شناکنان به آب زدند.

فَرشته های نجات

برای من این دو نفر فرشته‌های نجات بودند. آنها خود را برابر خطر صددرصد قرار می‌دادند تا شاید جانی را نجات بدهند و اگر این تعریف فرشته نجات نیست، پس فرشته نجات اصلاً وجود ندارد. من درحالیکه فقط نیمی از هوش خود را داشتم، می‌دیدم که چگونه آنها به خطرناک‌ترین قسمت سیلاب رفته و ابتدا کودکان و زنان و سپس هر کس دیگری را که می‌توانستند بسوی قسمت امنی می‌بردند. آنها چند کودک از جمله یک دختربچه دوساله را بر روی همان درختی که مرا قرار داده بودند، جای دادند و این دخترک که از شدت وحشت می‌لرزید دست مرا در آغوش گرفته بود و حتی یک لحظه هم اجازه رها شدن دست مرا نمی‌داد. من احساس عجیبی به این دخترک زیبا و معصوم پیدا کرده بودم و از صمیم قلب دعا می‌کردم تا کسان او نجات یافته باشند تا او به آغوش خانواده‌اش بازگردد. در همین لحظه صدای غرش پروانه های هلی‌کوپتری شنیده شد و سرانجام هلی‌کوپتر امداد که دارای پایه‌های ویژه نشستن روی آب بود در فاصله بیست متری از درخت تنومندی که ما را روی خود داشت، به آرامی روی آب قرار گرفت. ماموران امداد با وسایل مخصوص از داخل آن خارج شدند و ابتدا کودکان را یک به یک در هلی‌کوپتر جای دادند و زمانی که برای بردن دخترک دوساله که دست مرا رها نمی‌کرد اقدام کردند، او با گریه و التماس همچنان دست مرا چسبیده بود و من با تایلندی دست و پا شکسته خود به او گفتم که بزودی به پدر و مادرش ملحق خواهد شد. دخترک قدری آرام گرفت و امدادگران او را هم به درون هلی‌کوپتر بردند و بعد که نوبت بزرگسالان رسید. همه نجات یافته‌ها با اشاره انگشت مرا به ماموران نشان دادند. آنها می‌دانستند که من مجروح شده‌ام و با اینکه هر لحظه خطر مرگ آنها را تهدید می‌کرد، با این همه با از خود گذشتگی خارق العاده‌ای، نوبت‌های خود را به من می‌دادند. ماموران امداد برانکارد کوچکی را آوردند و مرا محکم روی آن بستند و سپس بداخل هلی‌کوپتر بردند و همانجا یکی از بهیاران امدادی، آمپولی به من تزریق کرد که درنتیجه آن پس از چند دقیقه دیگر هیچ نفهمیدم

> ☑... امواج سیاهرنگ یکی پس از دیگری بر سر من فرود می‌آمدند تا آنجا که دیگر توان مقاومت از من گرفته شد و من خود را تسلیم قضا و قدر کردم و ناگهان جز سیاهی هیچ ندیدم...

بازگشت

نمی‌دانم که چه مدت بیهوش بودم، اما زمانی که چشم گشودم، متوجه شدم که قادر به حرکت نیستم و خود را در داخل یک پانسمان محکم و سفیدرنگ محبوس یافتم. اما چند دقیقه بعد که دکتر بر بالینم ظاهر شد، متوجه ماجرا شدم. پزشک مذکور اتفاقاً اهل اسلواکی و با من همزبان بود. او عضوی از تیم پزشکی بین‌المللی بود که توسط صلیب سرخ و سازمان بهداشت جهانی به منطقه اعزام شده بود. او به من گفت که استخوان لگن خاصره‌ام در چهار نقطه شکسته بود و من باید عمل جراحی می‌شدم و این عمل شب گذشته روی من صورت گرفته بود و به همین دلیل به هوش آمدنم نیز بطول انجامیده بود. من که آهسته آهسته همه چه را به یاد می‌آوردم، ناگهان به یاد سیمون افتادم و درنتیجه اشک از چشمانم سرازیر شد. پزشک که ماوقع را می‌دانست ابتدا به من تسلیت گفت اما بعد با لحنی جدی به من گفت که باید شکرگذار باشم چرا که در جریان یکی از عظیم‌ترین و فاجعه‌آمیزترین تسونامی‌های اتفاق افتاده طی دو قرن اخیر در جهان و در منطقه‌ای که متحمل بیشترین خسارات و تلفات شده است، به دام افتاده بودم و تنها انگشت‌شماری از مردم منطقه نجات پیدا کرده و زنده از آن مهلکه خارج شده بودند و من یکی از این تعداد بودم. او همچنین اضافه کرد که در مجموع براثر وقوع این تسونامی در شرق آسیا نیم میلیون نفر جان خود را از دست داده‌اند، من زمانی که خبرهای فوق را شنیدم بواقع دچار سرگیجه شده و درحقیقت کمی هم خجل شده که چرا آنقدر خودخواهانه، واکنش نشان داده بودم و بعد دوباره به یاد آن دو نفر از جان گذشته افتادم که برای نجات دیگران خود را به خطر می‌انداختند و یک دو جین انسان اعم از بزرگسال و کودک زندگی خود را مدیون آنها بودند، اما بلافاصله متاسف و متاثر شدم که حتی نام آنها را نمی‌دانستم تا بتوانم از سرنوشتشان اطلاع حاصل کنم و فقط دعا می‌کردم تا خداوند آنها را سلامت بدارد. اما در این میان یک خبر خوشحال‌کننده هم شنیدم و آن هم در رابطه با دخترک خردسال بود که اطلاع یافتم مادرش را یافته است.

زَمان رفتن

بدن من در حدود یکماه در پانسمان و در گچ قرار داشت و سرانجام زمانی که پزشک گچ را باز کرد و مرا به اندازه کافی سلامت و سالم یافت تا بتوانم به کشور خود سفر کنم و مداوا و درمان را ادامه دهم. من از طرفی شادمان بودم که به میان کسان خود بازمی‌گشتم، اما از طرفی هم بسیار غمگین بودم که عزیزی را درمیان امواج بجای می‌گذاشتم و مشکل دیگری که مرا بیشتر دچار غم می‌کرد، این بود که چگونه مرگ سیمون را برای اقوام او تشریح کنم. همه این ذهنیت ها مرا شدیداً افسرده کرده بود تا آنجا که اشک از چشمانم سرازیر شد. پزشک من که متوجه تاثر شدید من شده بود، درحالیکه لبخند مرموزی بر لب داشت گفت: «چرا ناراحتی! باید خوشحال باشی که با آن همه صدمه و آسیب او را دچار مشکل نکرده‌ای.» من که مفهوم این گفته را درنیافته بودم با چهره‌ای متعجب به دکتر نگاه کردم و او هم که متوجه حیرت من شده بود، گفت «پترا منظورم جنین درون شکم توست. تو باردار هستی.»

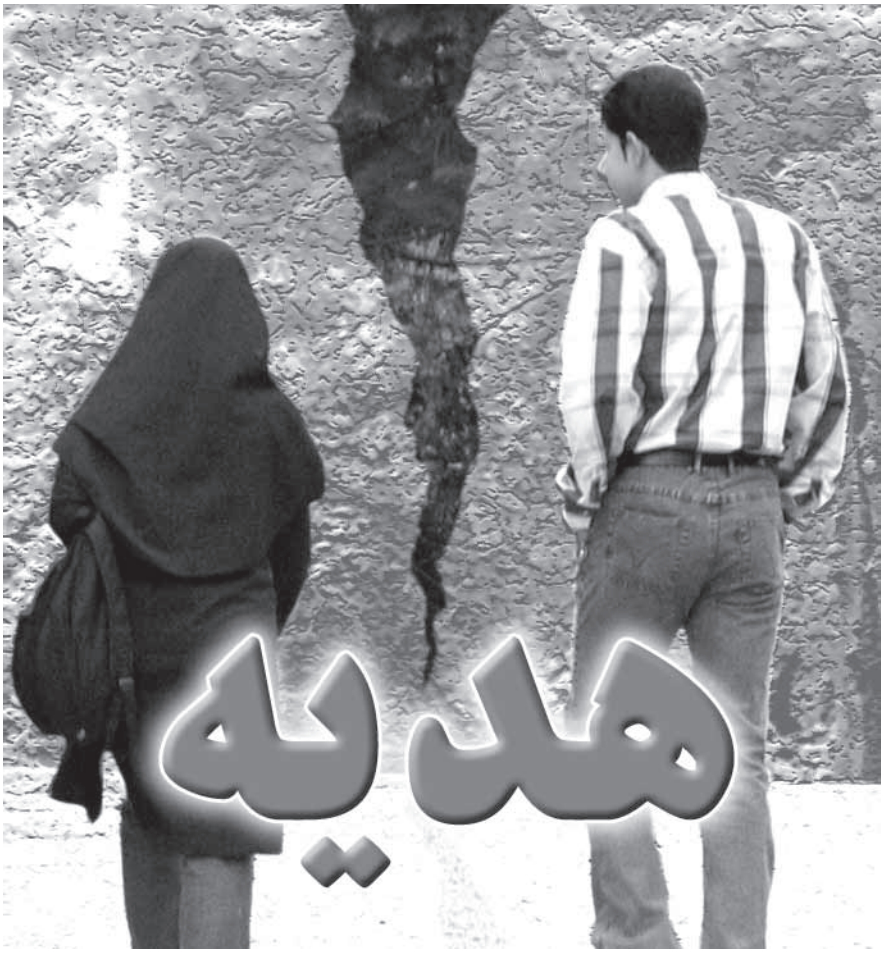
آری پس از آن همه تقلا برای زنده ماندن و آن همه بدبختی و فلاکت، سرانجام من صاحب پدیده‌ای شده بودم که برایم یکدنیا معنی داشت. درواقع مثل این بود که سیمون سالم به نزد من بازگشته و او را سالم هم تحویل خانواده‌اش می‌دادم. البته نه خودش بلکه نماینده تام‌الاختیار او را. بنابراین لنگ‌لنگان اما خوشحال راه فرودگاه را درپیش گرفتم و تنها موضوعی که در طول راه و در ذهن به آن فکر می‌کردم این بود که چه نامی برای فرزندم انتخاب کنم و آنگاه در ذهن خود به جستجو پرداختم تا واژه تایلندی برای کلمه «**امید**» را به یاد آوردم. ■

هر کس مرتکب اشتباه نشده، اکتشافی هم نکرده است. • گالیله

داستان زندگی

براساس سرگذشت: سارا

تهیه و تنظیم از: محسن طیب



هدیه

فریبرز پسردایی ناتنی ما بود. از بچگی با اینکه رفت و آمد خانوادگی چندان صمیمانه‌ای نداشتیم، اما فریبرز همیشه در خانه‌مان رفت و آمد می‌کرد -شاید به این خاطر که اصلاً در مسائل خانوادگی دو خانواده دخالت نمی‌کرد. گفتم که پسردایی ناتنی‌ام بود. ناتنی بودن مادر و دایی‌ام که خواهر و برادر به حساب می‌آمدند باعث بروز مسائل زیادی در خانواده شده بود. ظاهراً اینطور که بزرگترها می‌گفتند، پدر فریبرز هنگام انحصاروراثت، حق بقیه خواهر و برادرها را بالا کشیده و این مساله باعث اختلاف و جدایی خواهر و برادرها از یکدیگر شده بود. بیشتر از بقیه، این پدر من بود که با دایی کمال اختلاف پیدا کرده بود تا آن حد که بطور علنی گفته بود: «به این مردک دزد بگین، تا موقعی که حق زن من و خواهر و برادرانش را بهشون نداده،حق نداره پا توی خونه من بگذاره» این قضایا و اختلافات خانوادگی در زمانی رخ داد که فریبرز سیزده ساله بود و من یازده ساله. در دوران قبل از اختلاف دو خانواده، او تقریباً هر روز در خانه ما بود، و چون پسر بسیار خوب و باادبی محسوب می‌شد و در زمینه درس یک شاگرد ممتاز بود، همیشه مورد توجه خانواده ما قرار می‌گرفت. بطور مثال هر موقعی که ما یکی از خواهر و برادرها در درس ضعیف عمل می‌کردیم، پدرم بلافاصله فریبرز را مثال می‌زد و می‌گفت: «کاشکی کمی از غیرت این پسر، در وجود شماها بود»!

اما بعد از شدت گرفتن اختلاف دو خانواده، پای فریبرز هم از خانه ما بریده شد. خلاء او در خانه کاملاً احساس می‌شد و روزی نبود که یکی از اعضای خانواده‌ام، جای او را خالی نکند. البته همه جز بهرام برادر بزرگتر من که همیشه خود را رقیب فریبرز می‌دانست، بخصوص که پدرم نیز از رفتار و اخلاق او چندان رضایت نداشت و همیشه «به قول خود بهرام» فریبرز را توی سر او می‌کوبید. به همین خاطر او از نیامدن فریبرز خیلی هم خوشحال بود.

تقریباً یکماه می‌شد که پسردایی در خانه ما پیدایش نمی‌شد، تا اینکه یکشب سرد زمستانی که همه دور کرسی نشسته بودیم زنگ خانه را زدند و فریبرز داخل شد. بخاطر سرمای زیاد، به شدت می‌لرزید و بعد درحالی که اشک در چشمانش حلقه زده بود، رو به پدرم کرد و گفت: «سلام عموجان... اومدم بپرسم حالا که پدرم حق نداره به خونه شما بیاد، دیگه منم حق ندارم بیام اینجا؟»

همه به گریه افتادند و از همه شدیدتر، پدرم که او را در آغوش گرفت: «کی همچین حرفی زده پسرجون؟ اینجا همیشه خونه خودته و تا هر وقت دوست داشته باشی، قدمت روی چشم ماست!»

و به این ترتیب دوباره رفت و آمد فریبرز به خانه ما آغاز شد و این همزمان شد با دشمنی‌های بهرام که به هر بهانه‌ای با او دعوا می‌کرد، خیلی چیزها را می‌شکست و گردن او می‌انداخت و هر کاری را که خراب می‌کرد، فریبرز مقصر می‌دانست اما فریبرز همیشه سکوت می‌کرد و هیچ پاسخی نمی‌داد، تا حدی که گاهی اوقات مادر و پدر من به او معترض می‌شدند که: «پسر تو چرا حرف نمی‌زنی؟ چرا به این بهرام هیچی نمیگی؟ تو با این اخلاقت، پس‌فردا توی جامعه نمی‌تونی گلیمت‌رو از آب بیرون بکشی»!

اما فریبرز همیشه می‌خندید و می‌گفت:

- عیبی نداره... درسته که بهرام از من خوشش نمی‌یاد، اما شاید یکروز به این نتیجه برسه که من اونقدرها که فکر می‌کنه غیرقابل تحمل نیستم!

اما فریبرز اشتباه می‌کرد، چرا که هرچه آنها بزرگتر می‌شدند، بدجنسی و رذالت‌های بهرام نسبت به او بیشتر می‌شد.

بخاطر دارم که یکروز، هنگامی که من شانزده سال داشتم و فریبرز ۱۸ سال و بهرام ۱۹ سال داشتند، یکروز سه نفری داخل ماشین پدر بودیم و بهرام نیز پشت فرمان بود، ناگهان اتومبیلی جلویمان سبز شد و بهرام که تازه رانندگی یاد گرفته بود، هول شد و به شدت با آن اتومبیل تصادف کرد! بعد از تصادف با پرداخت کلی خسارت مالی به صاحب آن اتومبیل، ماشین خودمان را که حسابی از بین رفته بود، به خانه بردیم. همه می‌دانستیم که پدرم چقدر در مورد ماشین، حساسیت دارد، خصوصاً اینکه ما بدون اجازه، اتومبیل را برداشته بودیم، به همین خاطر پدرم با دیدن ماشین، خواست به بهرام اعتراض کند که او مانند چند سال گذشته، گناه تصادف را به گردن فریبرز انداخت و گفت: «تقصیر من نبود آقاجون... فریبرز ماشین‌رو از خونه برد بیرون»!

پدرم به فریبرز نگاه کرد و او فقط سرش را پایین انداخت! پدرم نیز برای اولین بار به او توپید: «باریکلا آقافریبرز... شما هم دیگه خودمختار شدین؟

فریبرز همچنان سکوت کرده بود که من ناگهان کنترلم را از دست دادم و فریاد زدم: «آقاجون تقصیر فریبرز نبود، خود بهرام ماشین‌رو از خونه آورد بیرون و خودش هم پشت فرمان بود! حتی فریبرز بیچاره چند بار بهش گفت که شما ناراحت میشین... اما بهرام توجهی نکرد.»

- حرف نزن دختره بی‌عقل و...

این را بهرام گفت اما... اما سیلی که پدرم توی صورتش خواباند، حرفش را نیمه تمام گذاشت. اما بعداً که پدرم با عصبانیت از خانه بیرون رفت، بهرام مثل دیوانه‌ها به جان من افتاد و شروع به کتک زدنم کرد. طوری که اگر فریبرز جلویش را نگرفته بود، شاید زیر مشت و لگدهایش می‌مردم!

اما بهرام وقتی چند مشت و لگد حواله فریبرز کرد، رو به هر دوی ما کرد و گفت:

- اگر فکر کردین من همینطوری سکوت می‌کنم و اجازه میدم شما دو نفر به همدیگه نون قرض بدین و بعداً دل بدین و قلوه بگیرین و ادای عشاق سینه چاک‌رو دربیارین که بتونین با هم عروسی کنین، کور خوندین... این آرزورو باید جفتتون به گور ببرین...

من و فریبرز، ماتمان برده بود، تا آن لحظه هیچکدام حتی یکبار هم به این چیزها فکر نکرده بودیم! به همین خاطر هر دو به حرفهای او فقط خندیدیم. اما چیزی که بود، بهرام بی‌آنکه بداند، من و فریبرز را متوجه همدیگر کرده بود!

از فردای آن روز، من و فریبرز - ناخودآگاه - از هم فاصله گرفتیم. از طرف دیگه بهرام که کینه‌ای شدید از فریبرز به دل گرفته بود، هر لحظه منتظر بود تا به نوعی پسردایی را درنظر بقیه اعضای خانواده خراب کند. زمان سربازی فریبرز هم فرا رسیده بود، اما انگار همه چیز دست به دست هم داده بود تا او از خانواده ما دور نشود! چراکه بخاطر تک فرزند بودن، از خدمت سربازی معاف شد.

درست در همین ایام بود که پدرم - که حالا همه می‌دانستند فریبرز را از پسرش نیز بیشتر دوست دارد - قرار شد با فریبرز به صورت شراکت مغازه را بچرخانند. اما این موضوع بهرام را بیش از پیش عصبانی کرد، طوری که هر لحظه منتظر بود تا انتقامش را از فریبرز بگیرد. این احساس کینه او را من بیشتر از بقیه حس می‌کردم. به همین دلیل بارها خواستم با او صحبت کنم اما فایده نداشت. هرقدر هم که با بهرام صحبت کردم فایده نداشت، و بهرام همچنان دنبال فرصت می‌گشت تا زهرش را خالی کند... و سرانجام این فرصت نصیبش شد...

○

آن روز من به مغازه رفتم تا پیغام پدرم را به فریبرز برسانم:

- فریبرز چون تلفن خونه قطع شده، بابا گفت بهت بگم اگر کار واجبی بود با شماره تلفن همسایه - که الان بهت میدم - تماس بگیر... ضمناً بابا گفت که شب هم زودتر بیا خونه...

این را گفتم و خواستم خداحافظی کنم که فریبرز برای اولین بار پس از آن همه سال مرا «خانم» معرفی کرد و درحالی که صدایش می‌لرزید و نگاهش برق می‌زد، به من خیره شد و گفت:

- سارا خانوم... اگر من شمارو از عموجان خواستگاری کنم، جوابتون چیه.... می‌خوام این‌رو بدونم که اگر قراره «نه» بشنوم، همین الان بشنوم تا عموجان‌رو اذیت نکنم...

این حرف آنقدر بدون مقدمه بود که شوکه شدم. چند ثانیه‌ای فقط به او خیره شدم و سپس «بله» را به زبانی دیگر گفتم:

- من که فکر می‌کنم تو باید بجای پدرم، از بهرام منو خواستگاری کنی...

با گفتن این حرف که به نوعی پاسخ مثبت به درخواست فریبرز بود، هر دو به خنده افتادیم. نمی‌دانم از تاثیر این شوخی بود یا از خوشحالی اتفاقی که قرار بود بیفتد! که هر دو با صدای بلند، به خندیدن ادامه دادیم و سرانجام فریبرز که نگاهش پر از شوق و عشق بود، از داخل گلدان کوچکی که در مغازه بود - و او هر روز صبح از باغچه خانه یک گل می‌کند و داخلش می‌گذاشت - یک شاخه رز سرخ بیرون کشید و آن را بطرفم گرفت و گفت:

- پس فعلاً تقدیم با عشق...

دست دراز کردم و خواستم گل را بگیرم که ناگهان بهرام - که بعداً متوجه شدیم از چند لحظه قبل، ناظر و شنونده حرفهایمان بوده - داخل مغازه شد و خنده‌ای شیطانی به چهره نشاند و گفت: «به‌به... چه صحنه بدیع و دل‌انگیزی... ببخشین که خلوت عاشقانه‌تون‌رو به هم زدم...

بهرام این را گفت و قبل از اینکه فرصت هر پاسخی را به ما بدهد از مغازه خارج شد!

هر دو می‌توانستیم حوادث ساعاتی بعد را پیش بینی کنیم، چرا که پدرم در هر موردی اهل گذشت بود و اغماض می‌کرد، اما همه می‌دانستند که او مردی بسیار غیرتمند بود، تا جایی که بعضی وقتها «رگ غیرت» حتی منطق او را نیز کور می‌کرد. با این حال هر دو امیدوار بودیم که با بیان واقعیت، نقشه کثیف بهرام را خنثی کنیم، اما انگار برادرم این بار و در این میدان فاتح شده بود! چراکه یکساعت بعد - و نیم ساعت پس از اینکه من از بهرام خداحافظی کرده و جدا شدم - پدرم به مغازه رفته بود و با چشمانی که از آن آتش می‌بارید، بدون مقدمه سیلی محکمی توی صورت فریبرز زده و فریاد کشیده بود:

- پسره نمک به حرام... الحق که گرگ‌زاده، گرگ میشه... همین الان از اینجا برو بیرون و دیگه پیش چشم من پیدات نشه...

پدرم حتی فرصت توضیح را از او گرفته بود، کمااینکه وقتی به خانه برگشت، بجای اینکه حتی حرف مرا بشنود فقط گفت:

- تو دیگه دختر من نیستی... و اگر بخاطر ترس از حرف مردم نبود، همین الان از خونه بیرونت می‌کردم...

و به این ترتیب بهرام، بالاخره زهرش را ریخت و فریبرز را از خانه‌ای که همه دوستش داشتند، بیرون کرد!

○

سه سال از این ماجرا گذشت. در این مدت من چند خواستگار داشتم که با همه اصرار و فشارهای پدر، به یک نفرشان هم اجازه ندادم پا به خانه‌مان بگذارند!

دورادور نیز از اوضاع فریبرز باخبر بودیم، در یک شرکت کار می‌کرد و درعین حال چون در گذشته به دستور پدرش - که به او گفته بود حق ندارد پا به خانه ما بگذارد - توجهی نکرده بود و با ما رفت و آمد کرده بود، لذا پس از بیرون آمدن از خانه ما، در خانه پدرش نیز جایی نداشت و به این ترتیب، از اینجا رانده شده بود و از آنجا مانده!

در طول این سه سال، رفتار پدرم خیلی عوض شده بود، بیشتر اوقات در خودش فرو می‌رفت و فکر می‌کرد. این را مطمئن بودم که از کرده‌اش در مورد فریبرز پشیمان شده است و یقین کرده بود که بهرام به او دروغ گفته بود که گفته بود: «من اون دوتارو درحالی دیدم که...؟» اما چیزی که بود، نه پدرم و نه فریبرز، هیچکدام آنقدر شجاعت نداشتند که غرور خودشان را بشکنند!

روزگار اما، بازی‌های دیگری برای ما در آستین داشت...

سال چهارم دوری فریبرز از من و خانواده‌ام آغاز شد که سرانجام بانی این ناجوانمردی - بهرام - تقاص سختی را پس داد، به اینصورت که یکمرتبه دچار عفونت کلیه شد و در عرض چند ماه، پزشکان اعلام کردند: «هر دو کلیه‌اش فاسد شده، فعلاً شاید تا چند ماه بتونه با دیالیز زنده بمونه، اما اگر تا چند ماه دیگه یک کلیه براش پیدا نشه که پیوند بزنه، زنده نمی‌مونه!»

من با اینکه از بهرام دل خوشی نداشتم، اما از اینکه برادرم را در اوج جوانی از دست بدهم غصه‌دار شدم. نمی‌دانم چرا؟ شاید از روی بی‌پناهی بود که پس از چهار سال به خودم جرأت دادم و با فریبرز تماس گرفتم و با اشک و گریه همه چیز را گفتم و:

- کمکش کن فریبرز... می‌دونم ازش نفرت داری... می‌دونم زندگیت‌رو نابود کرد و می‌دونم که اون داره تقاص ظلمی‌رو که به تو کرده پس میده... ولی ازت خواهش می‌کنم دیگه از گناهش بگذر... شاید... شاید با رضایت تو، خدا ازش بگذره...

فریبرز فقط خندید و گفت:

- ولی اون حتی لیاقت گذشت کردن‌رو هم نداره!

یکمرتبه از او بدم آمد و بی‌اختیار فریاد زدم:

- تا حالا فکر می‌کردم تو عاطفه داری فریبرز، اما انگار اشتباه می‌کردم!

و بعد بدون اینکه مجال پاسخ به او بدهم، تلفن را قطع کردم و به سرنوشت برادرم اشک ریختم!

○

زمان به سرعت می‌گذشت و چند ماهی که پزشکان گفته بودند نزدیک و نزدیکتر می‌شد. تا آن روز چند نوبت آگهی در روزنامه چاپ کرده بودیم تا کلیه‌ای خریدنی برای بهرام پیدا کنیم، یکی دو نفر فروشنده هم پیدا شدند، اما به دلیل ناهمسانی درگروه خون و مسایل پزشکی دیگر، به نتیجه‌ای نرسیده بودیم. تقریباً روزهای ناامیدی داشت آغاز می‌شد که سرانجام یک داوطلب که گروه خونی وی با برادرم یکی بود، داوطلب اهدای کلیه شد.

زن جوانی که می‌خواست رایگان کلیه‌اش را به بهرام بدهد.

وقتی قبل از اعزام به بیمارستان برای پیوند کلیه، من و پدر و مادرم از آن جوان داشتیم تشکر می‌کردیم، او به سادگی گفت:

- باید از کسی که جون شوهر منو نجات داد تشکر کنین... قضیه این اهدای کلیه خیلی مفصله... ماجرا اینه که شوهر من هم - مثل پسر شما - نیاز به پیوند کلیه داشت و من هم مثل شما به روزنامه‌ها آگهی داده بودم، ولی کسی که شرایطش به شوهرم بخوره پیدا نمی‌شد، تا اینکه یکروز به خونه‌مون تلفن شد و مردی که پشت خط بود، مشخصات بیمار شمارو به من داد و گفت اگر کسی‌رو پیدا کنم که کلیه‌اش به آقابهرام بخوره، او هم - که مشخصاتش به شوهر من می‌خورد - حاضر بود کلیه خودش‌رو به شوهرم بده... این بود که ظرف هفته گذشته من و اون آقا، هماهنگی‌های لازم‌رو انجام دادیم و وقتی مطمئن شدیم که کلیه من به پسر شما می‌خوره، ابتدا اون آقا، کلیه‌اش‌رو به شوهر من داد تا از مرگ نجات پیدا کنه و حالا هم نوبت منه که به قولی که دادم عمل کنم...

همه اعضای خانواده ما متحیر ماجرایی بودند که زن اهداکننده کلیه تعریف کرده بود، تا اینکه پدرم از او پرسید:

- اسم اون مرد... فریبرز بود؟

- چرا... فریبرز.... فریبرز حسینی...

این را آن زن گفت و سپس صدای هق هق گریه پدرم بود که اتاق را پر کرد!

○

من و فریبرز سرانجام ازدواج کردیم. اما برادرم امروز فریبرز را از جانش نیز بیشتر دوست دارد!

■

> **فردا را اعتماد نشاید، حال را غنیمت دان که دیر نپاید.**
>
> ● خواجه عبدالله انصاری

چطور پول کمتری مصرف کنیم

چندی پیش از طرف اداره نمایندگی سازمان بهره‌وری انرژی ایران (سابا) در اصفهان نامه‌ای دریافت کردیم که حاوی نکات بسیار مهمی درباره راههای بهینه‌سازی مصرف انرژی بود. از آنجا که این سازمان که از زیرمجموعه‌های وزارت نیرو به حساب می‌آید و با سرمایه‌گذاری عظیم دولت و استفاده از پیشرفته‌ترین تجهیزات و همچنین کارشناسان آموزش دیده در خارج از کشور، قصد آن دارد تا مصرف انرژی در کشور را ساماندهی نموده و سطح آن را به حد استانداردهای جهانی برساند و از طرفی موفقیت دست اندرکاران این سازمان نیز بر افزایش آگاهی‌های عمومی استوار است، لازم دیدیم که مطالب و توصیه‌های این عزیزان را به آگاهی شما خواننده محترم برسانیم.

مصرف انرژی در منازل

بخش قابل ملاحظه‌ای از انرژی مصرفی در خانه‌ها صرف تامین مناسب گرمایش، سرمایش و آب گرم مصرفی می‌شود. طبق برآوردهای انجام شده حدود ۷۰ درصد از مصرف انرژی در منازل صرف گرمایش می‌شود و در تابستان نیز وسایل سرمایشی مثل کولرهای آبی و گازی و همچنین سرمازا مصرف انرژی زیادی دارند.

با توجه به سهم نسبتاً زیادی که هزینه‌های سرمایش، گرمایش و آب مصرفی از کل سبد هزینه‌های یک خانوار به خود اختصاص می‌دهد، لازم است تا به مواردی همچون عایق کاری سقف، کف، دیوارها و بستن منافذ و... توجه کافی داشت، زیرا که در ساختمان‌هایی که اصول عایق کاری بطور کامل رعایت شده است، انرژی مورد نیاز برای گرمایش و سرمایش تا حدود ۲۶ درصد در سال کاهش می‌یابد. با عنایت به موارد فوق و انرژی زیادی که در این بخش مصرف می‌شود، همه ما می‌توانیم با رعایت راهکارهایی که در زیر به آنها اشاره می‌شود، در کاهش مصرف انرژی کشورمان سهیم باشیم:

ارزان‌ترین راههای گرم کردن منازل

- ظرفیت گرمادهی تجهیزات گرمایشی را متناسب با نیاز خود انتخاب کنید. بازدهی انرژی تجهیزات گرمایشی با ظرفیت کم برای تامین گرمای مورد نیاز یک فضای بزرگ به همان اندازه پایین است که از تجهیزات با ظرفیت زیاد برای گرمایش فضاهای کوچک استفاده شود.
- با بستن در اتاق‌هایی که از آنها استفاده نمی‌شود، از هدر رفتن انرژی گرمایی اتاق‌هایی که گرم می‌شوند، جلوگیری کنید.
- اتاقهای نشیمن را حداکثر تا دمای ۲۱ درجه سانتیگراد گرم کنید. به ازای هر یک درجه افزایش در تنظیم درجه ترموستات، هزینه گرمایش حدود ۱۵ درصد افزایش می‌یابد.
- اتاق‌های خواب را حداکثر تا دمای ۱۸ درجه سانتیگراد گرم کنید.
- چنانچه از سیستم گرمایش گازسوز استفاده می‌کنید، در ماه‌های گرمتر سال، پیلوت آن را خاموش کنید.
- اگر فقط به گرمایش یک اتاق احتیاج دارید، به جای استفاده از سیستم گرمایش مرکزی از سیستم‌های گرمایش محلی و کوچک (قابل حمل و نقل) استفاده کنید.
- از هیترهای الکتریکی مجهز به ترموستات یا تایمر استفاده کنید.
- هیترهای (الکتریکی) سیستم گرمایش خود را تمیز نگهداشته و بطور منظم آنها را سرویس کنید.
- از بسته بودن در و پنجره‌ها در هنگام استفاده از وسایل گرمایش مطمئن شوید.
- در روزهای ابری، با کشیدن پرده‌ها (که درواقع یک لایه عایق در مقابل پنجره محسوب می‌شود) از هدر رفتن انرژی گرمایی جلوگیری کنید.

- در روزهای آفتابی، برای استفاده از انرژی گرمایی و نور خورشید، پرده پنجره‌ها را کنار بزنید.
- برای توزیع بهتر انرژی گرمایی که به علت سبکی هوای گرم در زیر سقف اتاق‌ها انباشته می‌شود، از پنکه‌های سقفی استفاده کنید. با استفاده از این روش تا ۱۰ درصد در هزینه‌های انرژی صرفه‌جویی می‌شود.
- با عایق کاری مناسب دیوارها و سقف از خروج انرژی گرمایی ساختمان جلوگیری کنید.
- با هوابندی درز در و پنجره‌ها از ورود سرما به ساختمان جلوگیری کنید.
- در ماه‌های سرد سال، دریچه‌های کولر و فن‌های تخلیه هوا در آشپزخانه و حمام را به جز در موارد لزوم ببندید.
- هنگام ترک ساختمان در طول روز، درجه ترموستات را ۵ تا ۱۰ درجه کمتر کنید.
- تنظیم ترموستات روی درجات بالاتر باعث سریع‌تر گرم شدن اتاق‌ها نمی‌شود و چنانچه ترموستات روی همین درجه تنظیم باقی بماند، سبب اتلاف انرژی خواهد شد.
- کانال‌های انتقال هوای گرم را نشتی‌گیری کرده و آنها را در مسیرهای سرد عایق‌کاری کنید.

نکات ضروری در استفاده از آب گرم

- ظرفیت آب گرم کن (های) انتخابی را برمبنای نیاز واقعی خود انتخاب نمایید.
- لوله‌های آب گرم را در مسیرهایی که امکان اتلاف گرما وجود دارد، عایق‌کاری کنید.
- با بازرسی منظم و در صورت نیاز تعمیر شیرآلات بخصوص شیرهای آب گرم، از چکه کردن آنها جلوگیری کنید زیرا شیری که چکه می‌کند می‌تواند روزانه بین ۲۳ تا ۳۸ لیتر آب را هدر دهد.
- با مشاهده نشتی‌های غیرعادی در شیر اطمینان آب گرم کن، نسبت به رفع نقص آنها اقدام کنید.
- اطمینان یابید که آب گرم مصرفی مورد نیازتان در دمای بهینه و مورد نیاز تامین می‌شود.
- اگر آب گرم‌کن مورد استفاده شما مجهز به ترموستات‌های قابل تنظیم است، ترموستات را روی درجه کمتر تنظیم کنید.
- حتی‌الامکان سعی کنید از آبگرمکن‌های گازی دیواری که شمعک آنها بطور خودکار با باز و بسته شدن شیر آب خاموش و روشن می‌شود، استفاده کنید.
- توجه داشته باشید که تنظیم ترموستات آب گرم‌کن روی درجات بالاتر به معنی گرم کردن سریع‌تر آب نیست و رها کردن ترموستات روی همین درجه باعث اتلاف انرژی می‌شود.
- چنانچه برای مدت طولانی قصد ترک منزل را دارید، آب گرم‌کن خود را خاموش کنید.

- دوش حمام و شیر ظرفشویی آشپزخانه را به سرشیرهای بهینه‌ساز مصرف آب مجهز کنید. این سرشیرها ضمن آنکه اختلاف محسوسی در فشار آب ایجاد نمی‌کنند، با پخش مناسب آب نیاز به آب گرم مصرفی را نیز تا حدود ۵۰ درصد کاهش می‌دهند.

- برای شستن ظروف با ماشین‌های ظرفشویی، عموماً به آب گرم با دمای حدود ۵۰ درجه سانتیگراد نیاز است. بنابراین درجه ترموستات آب گرم‌کن خود را روی دمای مناسب تنظیم کنید.

- شیر آب، بویژه شیر آب گرم را فقط هنگام نیاز باز کنید. اشخاص در هنگام استحمام، شستشوی دست و صورت و شستن ظروف عموماً متوجه مقدار انرژی مصرفی برای گرم کردن آب نمی‌شوند.

در مورد ماشین لباسشویی شما

ماشین لباسشویی از جمله دستگاههایی است که روزبه‌روز بیشتر به زندگی خانواده‌های ایرانی راه پیدا می‌کند. درحال حاضر بیش از ۷۵ درصد از خانوارهای شهری دارای این دستگاه هستند. مصرف ماشین لباسشویی بطور متوسط حدود ۱/۵ تا ۲ کیلووات در ساعت است، اما بیشتر این مصرف برای گرم کردن آب به کار می‌رود، بنابراین اگر از ماشینهای با تغذیه آب گرم استفاده شود و یا در موارد غیرضروری از درجه شستشو با آب سرد ماشین لباسشویی بیشتر استفاده کنیم، تا حدود زیادی در مصرف انرژی الکتریکی صرفه‌جویی می‌شود.

عمر یک ماشین لباسشویی ۱۰۰۰ ساعت برآورد شده است که با استفاده بهتر و کمتر از آن (بطور متوسط دو بار و هر بار یک ساعت در هفته) می‌توان لااقل ۱۰ سال کار با خرابی کم را از آن انتظار داشت.

َقبل از خرید ماشین لباسشویی این نکات را بخوانید

- ماشین لباسشویی باید با میزان فضایی که برای آن درنظر گرفته‌اید، متناسب باشد. ماشین لباسشویی که درب آنها از جلو باز می‌شود معمولاً عریض‌ترند و جای بیشتری می‌گیرند، اما امکان استفاده از فضای بالای آنها وجود دارد، درحالی که دستگاههایی که درب ورودی آنها از بالا است، معمولاً عرض کمتری را اشغال می‌کنند، اما فضای بالای آنها بدون استفاده باقی می‌ماند.

- از جمله امکانات مفیدی که می‌توانند در کاهش مصرف برق بسیار مفید باشند عبارتند از امکان شستشو با آب سرد، امکان شستشو با درجه حرارت پایین آب و امکان تعیین تعداد دور آبکشی در دقیقه می‌باشد.

- میزان مصرف برق ماشین لباسشویی به کارخانه سازنده آن بستگی دارد، پرمصرف‌ترین ماشین‌های لباسشویی، ۳/۵ کیلووات ساعت برق مصرف می‌کنند و کم‌مصرف‌ترین آنها حدود ۱/۵ کیلووات ساعت.

- ماشین‌های با محور افقی بسیار کمتر از انواع ماشین‌های با محور عمودی آب مصرف می‌نمایند.

- رعایت معیارهای برچسب مصرف انرژی، باعث بهینه‌سازی و کاهش مصرف انرژی می‌شود.

برچسب انرژی از بخشهای مختلفی تشکیل شده است. سه بخش اولیه این برچسب که در تمامی وسایل انرژی بر خانگی مشترک می‌باشد، به ترتیب نمایانگر علامت تجاری شرکت سازنده، نام شرکت سازنده و مدل دستگاه می‌باشد. بخش چهارم برچسب مصرف انرژی بوسیله ۷ حرف لاتین از A تا G درجه‌بندی شده است که در این قسمت هریک معرف درجه‌ای از کارایی دستگاه می‌باشد. حرف A نشانگر بیشترین بازدهی و حرف G نشانگر کمترین بازدهی دستگاه است. ستون پنجم نمایانگر مصرف انرژی دستگاه براساس استاندارد ملی تدوین شده در بخش آزمون استاندارد می‌باشد و ستون ششم و هفتم در ماشین لباسشویی نشانگر میزان قدرت پاک‌کنندگی و قدرت خشک‌کن دستگاه می‌باشد. دو ستون پایانی نیز ظرفیت دستگاه و مصرف آب را نشان می‌دهد.

راه‌های استفاده بهینه از ماشین لباسشویی

- قبل از استفاده از ماشین لباسشویی، دفترچه راهنمای آن را مطالعه کنید.

- ماشین لباسشویی را انتخاب کنید که ضمن داشتن علامت استاندارد و برچسب مصرف انرژی، دارای بیشترین کارایی و بازدهی باشد.

- ظرفیت ماشین را متناسب با تعداد افراد خانواده انتخاب کنید.

- تا حد امکان از برنامه دورهای کم آبکشی برای آبکشی البسه استفاده کنید.

- از لباسشویی وقتی استفاده کنید که لباس کافی برای شستن داشته باشید.

- حتی‌الامکان بجای استفاده از خشک‌کن ماشین لباسشویی، از هوای آزاد جهت خشک کردن البسه استفاده نمایید.

- در هنگام شستشو، لباسهای بسیار کثیف را از لباسهایی که کمتر کثیف هستند، جدا کنید و هرکدام را جداگانه در ماشین لباسشویی قرار دهید.

- فیلتر و دهانه پودر ماشین لباسشویی را به‌طور منظم تمیز کنید. توجه داشته باشید که نظافت ماشین لباسشویی، مصرف انرژی را کم می‌کند و همچنین عمر دستگاه را افزایش می‌دهد.

- استفاده از لوله‌کشی آب گرم محل مسکونی در ماشین لباسشویی، در کاهش مصرف انرژی بسیار مفید است.

- هنگام شستشو از برنامه شستشو اقتصادی لباس استفاده کنید. این برنامه علاوه بر کاهش میزان برق لازم برای گرم کردن آب، میزان مصرفی جهت شستشو را نیز کاهش می‌دهد.

- برای شستن لباس از درجه حرارت مناسب آب، استفاده شود و برای آبکشی از آب سرد استفاده کنید.

- از بکار بردن ماشین لباسشویی در ساعت‌های اوج مصرف برق خودداری کنید.

عظمت واقعی در این است که بر نفس خود مسلط باشید. • دینو

گزارش خارجی

هنر لاغری در احساس لاغری است

۵۰ عادت لاغری را بشناسید

برگردان: بهروز بهرامی

بخش دوم و پایانی

«بانویی را بشناسید که به کمک این روش ۵۰ کیلوگرم از وزن خود را در مدت یکسال و نیم، کاهش داد»

هنر وزن کشی

هفته گذشته ۲۵ عادت لاغری را شناسایی کرده و همانگونه که وعده کرده بودیم این هفته ۲۵ عادت لاغری دیگر را بررسی می‌کنیم. اما قبل از آنکه به اصل ماجرا بپردازیم، هنر وزن‌کشی و رفتار با ترازو را که در همین مقوله اهمیت فراوان دارد، بررسی می‌کنیم.

طبیعی است که پس از آغاز یک پروسه رژیمی، انسان وسوسه می‌شود تا روی ترازو پریده و حاصل زحمات خود را در همان چند روز اولیه، به عینه مشاهده کند، اما از آنجا که این یک پروسه گام به گام است و شخص در مدت کم نمی‌تواند شاهد تغییر عمده‌ای در وزن خود باشد، احتمال دارد که دچار یاءس و تردید شود. بنابراین در چنین شرایطی به روشی هنرمندانه برای وزن‌کشی نیاز داریم. این روشی است که برطبق آن شما اضافه وزن خود را آهسته آهسته و گام به گام از دست می‌دهید. بنابراین اصولاً بجای وزن‌کشی و رفتن روی ترازو تنها به احساس خود مراجعه کنید. اگر خودتان احساس سبکی و لاغری می‌کنید، پس بدانید که وزن اضافی را بتدریج از دست می‌دهید. و حالا بهتر است از خودتان این پرسش‌ها را داشته باشید:

آیا درد عضلانی شما کمتر و انرژی شما بیشتر است؟

آیا لباس شما به تن گشادتر نشان می‌دهد؟

آیا احساس بهتری دارید و آرامش بر شما حکمفرماست؟

و پرسش‌های دیگری از این دست که احساس واقعی شما را درقبال اضافه وزن و کاهش آن نشان می‌دهد. البته هرازگاهی هم می‌توانید روی ترازو بروید، اما افراط نکنید و خودتان را به ترازو وابسته نسازید، بلکه برای احساس خود ارزش قائل شوید. اکنون به شناسایی دنباله عادات لاغری می‌پردازیم.

۲۶ کارهای معمول را به عادات ورزش تبدیل کنید

کارها و اعمال روزمره خود را به حرکات ورزشی تبدیل کنید. برای مثال برخی اوقات بطرف یخچال که حرکت می‌کنید، با گامهای سریع و یا حتی با حالت دویدن بطرف آن بروید. اگر برای باز کردن در خانه پس از شنیدن صدای زنگ راه می‌روید، باز هم با سرعت و دویدن این کار را انجام دهید. خلاصه همه اعمال معمولی و روزمره را به حالت ورزشی دربیاورید و با این اعمال مطمئن باشید که برای هر بار، یکصد کالری از دست می‌دهید.

۲۷ تبدیل کره حیوانی به کره سبزیجات

استفاده از کره حیوانی را به بهره‌گیری از کره گیاهی تبدیل کنید. هر بار که یک قاشق کره حیوانی را با کره گیاهی جانشین می‌کنید، ۳۰ کالری را از دست می‌دهید.

۲۸ صعود از پله‌ها با حرکات اضافی

بالا رفتن از پله‌ها را هم تبدیل به تفریح و ورزش بیشتر کنید. اولاً سعی کنید جسمی را که دارای وزن می‌باشد برای صعود از پله‌ها با خود حمل کنید مثل کوله‌پشتی و بعد هم در هنگام بالا رفتن از پله‌ها، پای خود را بالاتر آورید و سپس آهسته روی پله دیگر بگذارید و بعد قبل از صعود از هر پله یکبار روی شکم خم شوید. بدین ترتیب برای هر پله ده کالری از دست می‌دهید و اگر ده پله را به این شکل عمل کنید یکصد کالری از دست می‌دهید و ضمناً اگر کوله پشتی ده کیلویی را به همراه داشته باشید، صعود از ده پله باعث از دست دادن هشتصد کالری می‌شود.

۲۹ جانشین کردن سالاد با سوپ

هنگام غذا خوردن در خانه و در رستوران بجای استفاده از سالاد که معمولاً دارای سس بسیار غنی از نظر کالری می‌باشد، از سوپ استفاده کنید که بیشتر مایع می‌باشد و احساس پرشدن را به شما می‌بخشد و بدون آنکه کالری فراوانی وارد بدن شما کند، شما را سیر می‌کند و بدانید هر بار که سالاد را با سوپ جانشین کنید، یکصد کالری کمتر مصرف می‌کنید.

۳۰ تحرک بلافاصله پس از شام

پس از شام معمولاً بدن بدون حرکت است و هرآنچه که مواد چربی مصرف شده مستقیماً جذب بدن می‌شود. حال سعی کنید تا با انجام حرکاتی، سوخت و ساز مواد را در خودتان بلافاصله پس از شام بیشتر کنید. برای مثال درحالی که هنوز از جای خود در کنار میز یا سفره شام بلند نشده‌اید، سعی کنید پای خود را بطرف جلو دراز کنید و با دست خود آن را بگیرید و برای مدت پنج ثانیه پای خود را به همین ترتیب و بدون حرکت، ثابت نگهدارید سپس با دیگر پای خود این حرکت را تکرار کنید و سعی نمایید با هر کدام از دو پای خود پنج بار این حرکت را انجام دهید هر بار ۲۰ کالری از دست می‌دهید.

۳۱ از ماکارونی های کوچکتر استفاده کنید

در هنگام پختن ماکارونی، سعی کنید از انواع ماکارونی‌های کوچکتر و نازک‌تر استفاده کنید و بدانید که اگر یکصد گرم ماکارونی را با انتخاب ماکارونی‌های نازک‌تر و کوچکتر تبدیل به ۶۰ گرم ماکارونی کنید، آنگاه ۹۰ کالری کمتر مصرف می‌کنید.

۳۲ بیشتر به طبقه بالا بروید

اگر می‌دانید که برای انجام دو کار باید به طبقه بالاتر بروید، سعی کنید تا هر دو کار را در یک سفر به طبقه بالا انجام ندهید و در نتیجه دو بار به طبقه بالا صعود کنید. هر طبقه صعود اضافی یکصد و چهل کالری را در شما می‌سوزاند.

۳۳ میوه و باز هم میوه

اگر هوس شیرینی می‌کنید، بجای پای سیب و یا کیک پرتقالی، از اصل میوه‌ها استفاده کنید و معده خود را از سیب و پرتقال پر کنید. و اگر خیلی هوس کیک میوه‌ای کرده‌اید، این کلک را پیاده کنید، مقداری آلبالوی تازه روی یک برش سیب یا پرتقال قرار دهید و سپس با چند قطره آب آن را مرطوب کنید. دقیقاً طعم کیک میوه را در خود تداعی می‌کنید. این نیز برای هر برش ۲۷۵ کالری کمتر به شما می‌رساند.

۳۴ استفاده از کیک‌های پف کرده

کیک ساده را با شکر کمتر یا بدون شکر و به روش پف کرده طبخ کنید. اصولاً اگر هر برش کیک معمولی را تبدیل به کیک پف کرده کنید ۷۰ کالری کمتر مصرف می‌کنید.

۳۵ حرکات نشسته

برخی اوقات هنگامی که به حالت چهارزانو روی زمین نشسته‌اید، دو دست خود را به طرف بالا حرکت دهید و درحالت کاملاً دراز شده به طرف بالا، دو دست خود را نگهدارید و مدت ۲۰ ثانیه به همین حال باقی بمانید. این کار را ده بار تکرار کنید و هر بار که این کار را انجام می‌دهید ۵ کالری را می‌سوزانید.

۳۶ جانشین کردن ژله بجای اصل

عاشقان شکلات می‌توانند این ماده غذایی خوشمزه را با ژله قهوه یا شکلاتی جانشین کنند. جانشین کردن ژله شکلاتی بجای شکلات سفت در هر بار ۱۸۵ کالری کمتر به شما می‌رساند.

۳۷ با کنترل از راه دور هم!

یکی از وسایل تنبل‌کننده، همانا وسیله کنترل از

راه دور است. اولاً عادت کنید که بجای استفاده از آن، خودتان بلند شوید و کانال تلویزیون را عوض کنید و یا صدای آن را بلند و کوتاه کنید. اما وسیله کنترل از راه دور هم خود می‌تواند مفید واقع شود. اگر بصورت درازکش تلویزیون را تماشا می‌کنید. کنترل را در سوی مخالف خود قرار دهید. و هر بار که می‌خواهید تغییری در کانال، صدا و یا سایر خصوصیات تلویزیون خود ایجاد کنید خود را مجبور نمایید تا از حالت درازکش خارج شده و کنترل را از سوی مخالف خود بردارید. هرکدام از این حرکات تا ۲۵ کالری را در شما می‌سوزاند.

۳۸ هنگام رفتن به رختخواب

هر بار که در شب هنگام می‌خواهید به رختخواب بروید، قبل از این کار در کنار تخت خود یا کنار یک صندلی با پشت روی زمین درازکش شوید و سپس دو پای خود را روی رختخواب یا صندلی قرار دهید و ابتدا پشت خود را از زمین بلند کنید تا جایی که فقط سر و گردن روی زمین باقی بماند، پس از آنکه پنج بار این کار انجام شد، سعی کنید تا در همان حالت کاملاً باز از روی زمین پشت خود را همراه با سروگردن بلند کنید و پنج بار این حرکت را تکرار کنید. همین دو عمل ساده در هر بار ده کالری را در شما می‌سوزاند.

۳۹ آوازخوانی کالری می سوزاند

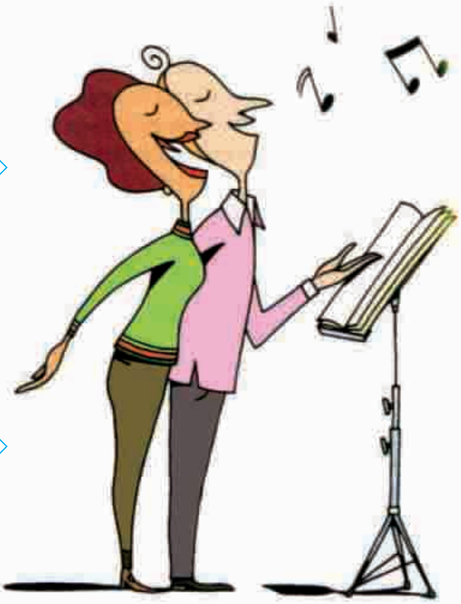
آیا این را می‌دانستید که هر بار که آواز بخوانید در هر سه دقیقه ۷۰ کالری را مصرف می‌کنید؟

۴۰ بُرش نازک‌تر در گوشت‌ها

هنگام پخت و پز، ضخامت غذاهای گوشتی را کم کنید. برای مثال اگر بیفتک یا استیک را می‌پزید، برش گوشت خود را به اندازه ۵۰ درصد از سابق نازک‌تر کنید و اگر کتلت یا کوکو می‌پزید آن را به اندازه ۵۰ درصد نازکتر بگیرید. هر برش غذایی که نازک‌تر شود، ۹۰ کالری کمتر به شما می‌رساند.

۴۱ راه اضافی در زمان رسیدن به خانه

زمانی که از محل کار یا خرید به خانه می‌رسید و یا از اتومبیل خود در برابر خانه پیاده می‌شوید، مستقیماً پا به خانه نگذارید و یک دور اضافی در کوچه یا خیابان محل اقامت خود بزنید و بعد وارد خانه شوید. هر صد متر راهپیمایی اضافی، ۷۵ کالری را در شما می‌سوزاند.



۴۲ عادات خوردن در هنگام تماشای فیلم و یا تلویزیون

تحقیقات نشان داده که آدمی هنگام تماشای فیلم و یا برنامه‌های تلویزیون، بی‌اختیار بیشتر و تندتر می‌خورد که هر دو از عوامل اضافه وزن می‌باشد. بنابراین عادت تخمه و یا ذرت بوداده و ساندویچ خوردن و امثال آن را به یک آبنبات چوبی تغییر دهید که هر آبنبات چوبی زمان بیشتری را بخود اختصاص می‌دهد، ضمن آنکه کالری کمتری دارد. درواقع با این کار ۳۵۰ کالری کمتر بخود می‌رسانید.

۴۳ سرخ کرده به آب‌پز یا پخته

عادت سرخ کردن در ماهی‌تابه را به پخت در فر یا کوره تبدیل کنید. همان بس که گفته شود یک ران مرغ که بجای سرخ شدن در ماهی‌تابه در فر پخته شود و یا آب‌پز شود، پانصد کالری کمتر به شما می‌رساند. تغییر عادت در پخت و پز از سرخ کردن به پخت، آب‌پز کردن یکی از عوامل بسیار مهم در کاهش وزن محسوب می‌شود.

۴۴ با فرزند خود بازی کنید

اگر فقط نیمساعت در روز را به بازی با فرزند خود مثل پرتاب توپ یا فریزبی، یعنی بازیهای ساده اختصاص دهید، هر بار یکصد کالری را از دست می‌دهید.

۴۵ کاهش پنیر در پیتزا

مطمئناً به پیتزا علاقه فراوانی دارید. اما این عادت را در خود ایجاد کنید که هر بار که سفارش یک پیتزا را می‌دهید، از فروشنده بخواهید که میزان پنیر پیتزا را به نصف تقلیل دهد. همین عادت ساده برای هر برش یا قطعه پیتزا یکصد کالری کمتر به شما می‌رساند.

۴۶ ساندویچ سوسیس درحالت خاص

به ساندویچ سوسیس یا کالباس هم علاقه فراوان دارید. هر بار که آن را درست می‌کنید و یا سفارش آن را می‌دهید، این عادت را در خود ایجاد کنید تا می‌توانید از مقدار سوسیس یا کالباس کم کنید و ساندویچ را پر از سبزیجات، خیار تازه، پیاز و امثال آنها کنید اگر فقط ۴۰ درصد از میزان سوسیس و کالباس را با سبزیجات، خیار و پیاز جانشین کنید، از هر ساندویچ ۲۵۰ کالری کم می‌کنید.

۴۷ چای نوشیدنی را ساده کنید

عادتهای چای نوشیدن خود را تا می‌توانید ساده‌تر و سبک‌تر کنید. بجای قند از چند عدد توت یا خرمای خشک استفاده کنید. هرعدد قند را اگر به پنج عدد توت تبدیل کنید، ۵۰ کالری کمتر مصرف می‌کنید.

۴۸ جانشین کردن سیب زمینی با هویج

پای غذای خود را بجای سیب زمینی سرخ کرده با هویج یا نخود سبز پر کنید هر بار که یکصد گرم سیب زمینی سرخ کرده را به همین مقدار از هویج یا نخود سبز تبدیل می‌کنید، یکصد کالری کمتر مصرف می‌کنید.

۴۹ تغییر در عادتهای بستنی

بستنی را کنار نگذارید و فقط بستنی معمولی را تبدیل به بستنی یخی کنید مثلاً بستنی چوبی وانیلی را که با شکلات پوشش داده شده را تبدیل به آلاسکای یخی کنید. با همین تغییر ۱۲۵ کالری کمتر مصرف می‌کنید.

۵۰ تفکر ساده هم کالری مصرف می کند

بدانید و آگاه باشید که فکر کردن هم کالری مصرف می‌کند. زمانی که شب هنگام به رختخواب می‌روید، قبل از خواب سعی کنید به مدت پانزده دقیقه فکر کنید. البته راجع به موضوعات مهم مثل کار یا تحصیل و یا فرزندان و آینده آنها و امثال آن با همین پانزده دقیقه تفکر در هر بار یکصد و پنجاه کالری مصرف می‌کنید.

بانویی موفق را بشناسید

حال که پنجاه عادت لاغری را شناسایی کردیم، به یک مثال واقعی در این خصوص توجه کنید.

خانم دبورا هنری ۵۳ ساله و اهل دالاس در زمانی که پروسه عادات لاغری را آغاز کرد یکصد و پانزده کیلو وزن داشت. اما از آن زمان تاکنون طی یکسال و نیم ۵۰ کیلوگرم از وزن خود کاسته است. این مهم را فقط با دنبال کردن عادتهای ساده‌ای که ذکر آنها رفت، به انجام رسانده است. یکی از عادتهایی که این بانو از آن با غرور سخن می‌گوید در محل کار انجام شده است. بدین ترتیب که او از همکاران خود که با آنها دفتر کار خود را شریک بود، تقاضا کرد که بدون تعارف و رودربایستی، هر کدام از آنها که نیاز به گرفتن کپی از مدرکی داشتند، این نیاز را با او مطرح کنند.

درواقع در طول یکسال و نیم گذشته این بانو در هر روز حدود سی بار به اتاق کپی که در فاصله ده متری از دفتر خود و دوستانش قرار داشت سفر کرده است و خودش یکی از دلایل عمده موفقیت در کاهش وزن از یکصد و پانزده کیلو به ۶۵ کیلو را همین کپی گرفتن‌ها می‌داند.

نکته مهم

لازم به ذکر است که کسانی که از ناراحتی‌های قلبی، عروق و بیماریهای مغزی رنج می‌برند برای دنبال کردن از این روش و یا هر روش رژیمی دیگری نیاز به مشورت با پزشک خود دارند.

در ایمان قطعی همواره باید آتشی نهفته باشد که خاشاک پلیدی و بدگمانی را سوخته و خاکستر سازد. ●نیکس

مشاوره ازدواج

مشاوره حضوری و تلفنی:
خانم سهیلا خاضعی (کارشناس ارشد روانشناسی)
تلفن تماس: ۲۲۲۲۶۲۵۰
روزهای دوشنبه تلفنی و سه‌شنبه حضوری ۱۰ - ۱۴/۳۰

عاقبت احساس مسوولیت زیادی

زنی ۳۳ ساله، متاهل، با تحصیلات دیپلم و دارای دو فرزند زیر ده سال هستم. زندگی خانوادگی خوبی دارم، ولی مشکلم این است که بیش از حد علاقه‌مندم به اطرافیان و بخصوص فرزندانم کمک کنم و مشکلات ریز و درشت آنها را حل نمایم.

اخیراً با مطالعه مطلبی متوجه شدم که احساس مسوولیت زیادی من نسبت به دیگران، شاید اصلاً درست نباشد. از طرف دیگر خودم هم از این وسواس و حساسیت بیش از حد خسته شده‌ام. چون نگرانی‌ام باعث شده از یک زندگی آرام محروم باشم. می‌خواهم بدانم مشکل اصلی من چیست و این حالت شخصیتی من از کجا بوجود آمده و چگونه می‌توانم در خودم تغییر ایجاد کنم؟

◆در پاسخ به سوال‌های شما و اینکه چگونه این تمایل و نیاز شکل گرفته می‌توان به احتمالاتی اشاره کرد که با هم به بررسی آنها می‌پردازیم...

برای مثال بعضی افراد از اینکه اتفاقی برای روابط بین فردی‌شان رخ دهد، واهمه دارند و مایلند با کارهایی که برای دیگران انجام می‌دهند، مورد توجه آنها قرار گیرند و ارتباط برقرار کنند و درحقیقت تصورشان این است که اگر این کار را متوقف کنند، دیگر مورد علاقه و تایید دیگران نیستند و از ناامید کردن دیگران می‌ترسند و با توجه نشان دادن افراطی به مشکلات دیگران، از این احساس اجتناب می‌کنند. گاهی شرایط خانوادگی خاص موجب بروز چنین عاداتی می‌شود. در این شرایط بعضی افراد انرژی زیادی صرف تلاش برای اداره و انسجام زندگی افراد خانواده می‌کنند، بخصوص در مواردی که یکی از والدین یا هر دو مشکل دار (بیمار، معتاد، پرخاشگر و...) هستند و نمی‌توانند به صورت یک عنصر موثر نقش خود را ایفا کنند. در این نوع خانواده‌ها فرزندان سعی می‌کنند رفتارهای نامناسب والدین و خلاء عاطفی آنها را جبران کنند و در جستجوی چاره بودن برای رفع مشکلات، دلمشغولی همیشگی آنهاست. اینگونه افراد ممکن است این عادت را تا بزرگسالی حفظ کنند و حتی به عنوان یک واکنش ناخودآگاه فردی را به عنوان همسر انتخاب کنند که مشابه والدین مشکل‌دارشان باشد.

بنابراین با کمی فکر و بازبینی زندگی گذشته می‌توانید به عوامل ایجادکننده مشکل‌تان پی ببرید.

◆بله درست است. فکر می‌کنم این عادت همانگونه که گفتید در همان دوران کودکی در من شکل گرفته باشد، چون من فرزند اول خانواده بودم و از زمانی که به یاد دارم پدر و مادرم با هم دعوا داشتند. پدرم مرد جوان و رفیق بازی بود که اوقاتش را با دوستانش می‌گذراند. مادرم از این وضع همیشه گله داشت و برای تنبیه پدرم مدام با حالت قهر خانه را ترک می‌کرد و به خانه پدرش می‌رفت. من می‌ماندم و برادر و خواهر کوچکترم که می‌ترسیدند و گریه می‌کردند. از همان موقع من دلسوز و غمخوارشان بودم و از آنها مراقبت می‌کردم. بالاخره مادرم از پدرم طلاق گرفت و ما نزد مادر پدرم که زنی مسن و بیمار بود بزرگ شدیم. پدرم تدریجاً به آدمی دائم‌الخمر تبدیل شد که توجهی به ما نداشت. من در تمام این مدت مسوولیت زیادی نسبت به برادر و خواهرم احساس کرده و می‌کنم و درحال حاضر نیز نسبت به فرزندانم.

> ■ نگرانی بیش از حد در رفع مشکلات اطرافیان درواقع رفتاری غیرمسوولانه درقبال آنها است و مانع مسوولیت پذیری و خودکفایی آنها می شود

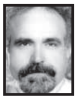
◆بنابراین به این نتیجه می‌رسیم که شما تحت تاثیر زندگی گذشته و برحسب اتفاقاتی که روی داده، این نوع شخصیت را در خودتان پرورش داده و انرژی زیادی را صرف تلاش برای اداره کمک به خانواده صرف کرده‌اید. اما درحال حاضر آیا این حد نگرانی که تحت تاثیر دردهای روحی گذشته است و در زندگی فعلی شما ضرورتی ندارد، به نظر عاقلانه است؟

◇**با شما موافقم، ولی نمی‌دانم چه باید بکنم؟**

◆شما می‌توانید میزان مسوولیت‌پذیری درقبال خود و دیگران را مشخص کنید و معلوم نمایید که این حدود درچه مواقعی توسط شما یا اطرافیان نادیده گرفته می‌شود. با روشن شدن این موارد حد و حدود جدیدی را تعیین کنید. برای مثال در مورد کودکان با اینکه انتظار می‌رود پدر و مادر یک الگوی مراقبتی نسبت به بچه‌ها داشته باشند اما

مشاوره دندان پزشکی

از: دکتر عین‌الله چرامین



مشاوره دندانپزشکی:
دکتر عین‌الله چرامین
چهارشنبه از ساعت ۱۳/۳۰ تا ۱۵
با شماره تلفن: ۲۹۹۹۳۲۳۸

علت حساس شدن دندانها

شاید برای شما در طول زندگی این اتفاق افتاده باشد که دندان شما بعد از پر کردن در مقابل آب سرد، ترشی، چای داغ، شیرینی و برودت هوا حساس باشد که شما را مجبور می‌کند به یک دندانپزشک مراجعه کنید.

درواقع دندان از ماده‌ای زردرنگ و سفت به نام «رنتین» پوشیده شده است که دارای هزاران رشته‌های عصبی می‌باشد روی آن را مینا و سمان می‌پوشاند. مینا قسمت خارجی است که با چشم قابل رویت می‌باشد، سمان سطح ریشه را می‌پوشاند اگر این دو قسمت یعنی مینا و سمان به هر علتی از بین برود و فشار روی «رنتین» وارد شود و تماس با محیط خارج داشته باشد آن دندان حساس می‌شود. از آنجا که بیشتر مردم از این حالت رنج می‌برند در زیر عوامل ایجادکننده این حساسیت‌ها را برمی‌شمریم.

۱ـ تحلیل استخوان و لثه براثر افزایش سن و بیماریهای بافت‌های نگهدارنده دندان
۲ـ حفره روی سطح دندانها به هر حالت مانند پوسیدگی و غیره.
۳ـ بعد از پرکردگی ناموفق
۴ـ تماس‌های غیرمعمول به دندانها که باعث حرکت دندانها می‌شود.
۵ـ بیماری لثه که اثر تخریبی روی سطح دندان داشته باشد
۶ـ استفاده از نوشابه‌های اسیدی و یا غذاهای اسیددار مانند مرکبات و مواد غذایی حاوی اسید فسفریک و سیتریک، آدامس‌های با مزه ترش، استفاده از لواشک، استفاده از میوه‌های ترش
۷ـ عادات غلط دندانی مانند فشار آوردن روی دندانها هنگام خواب که باعث شکستگی و ترک دندانها می‌شود.
۸ـ سایش روی سطح دندانها
۹ـ پریدگی روی دندانها (لب پر شدن دندانها)
۱۰ـ بعد از جرمگیری
۱۱ـ بعد از سفید کردن دندانها
۱۲ـ استفاده از مواد با مولکولی‌ها درشت برای سفید کردن دندانها مانند نمک و غیره
۱۳ـ عفونت سینوسهای تکین
۱۴ـ استفاده از مسواکهای سخت و خشن که باعث تحلیل لثه شود درحقیقت روش غلط مسواک زدن

روش تشخیص

۱ـ وجود احساس درد در عضلات صورت و تکین که همراه با حساسیت دندانهای لب پریده، لب پریدگی دندانها بعلت حرکات غلط دندانها باشد.
۲ـ خواستن از بیمار که چگونه مسواک می‌زند. اصولاً اینگونه افراد دارای مسواک‌های ناسالم هستند.
۳ـ معاینه ظاهری بیمار که اصولاً دارای پوسیدگی، سایش ناحیه طوق دندانها، تحلیل لثه، پرکردگی‌های غلط، خونریزی از لثه و شکستگی دندانها می‌باشند.

۴ـ اگر از این افراد عکس دندان گرفته شود اکثراً دارای تحلیل ریشه دندان می‌باشند که براثر ضربه زدن دندانها می‌باشد.
۵ـ این افراد دارای لثه‌های متورم و قرمز می‌باشند که با خوردن غذا و یا میوه سفت خونریزی می‌کند که براثر تجمع غذا بین لثه‌ها و دندانها بوی بد دهان دارند.

درمان

اگر براثر استفاده کردن از غذاهای سرد و یا گرم و یا نوشیدنی‌های سرد و گرم احساس بدی به آنها دست بدهد، با استفاده از داروهایی مانند خمیردندان ضدحساسیت و بعضی از دهان‌شویه‌ها، مشکلات آنها تا حدی حل می‌شود.
۲ـ گاهی حساسیت بعد از جراحی و یا جرمگیری

آنها نیز نیاز دارند که بیاموزند گاهی شخصاً تصمیم بگیرند و انتخاب کنند. اگر این فرصت را دراختیار آنها نگذارید، حتی در مواقعی که اشتباه می‌کنند یاد نمی‌گیرند که مسوولانه عمل کنند مثلاً بخاطر ترس از تصادف با ماشین، اجازه نداریم عبور از خیابان پرترافیک را به آنها نیاموزیم. بنابراین نگرانی بیش از حد در رفع مشکلات اطرافیان درواقع رفتاری غیرمسوولانه درقبال آنهاست و مانع مسوولیت‌پذیری و خودکفایی آنها می‌شود. و به اعتماد به نفسشان آسیب می‌رساند.

ایجاد می‌شود که با استفاده از دهان شویه‌های حاوی فلوراید برطرف می‌گردد.

۳ـ اگر حساسیت بعد از پرکردگی باشد - پرکردگی باید برداشته شود و بطور مناسب پر گردد.

۴ـ گاهی حساسیت بر اثر غلط مسواک زدن می‌باشد که توسط پزشک باید آموزش درست داده شود. این‌گونه افراد نباید از روش افقی استفاده کنند و باید بطور عمودی مسواک بزنند.

۵ـ اگر علت وجود دندان قروچه باشد باید با تایت‌گارد مشکل بیمار را حل کرد.

۶ـ این افراد باید از رژیم غذایی اسیددار پرهیز کنند.

۷ـ از خمیردندانهای سفیدکننده اجتناب کنند.

۸ـ عفونت لثه باید درمان شود.

۹ـ سینوس‌های عفونی باید درمان گردد.

۱۰ـ اگر براثر تروما و ضربه دندانها شکسته باشند در صورت امکان درمان شوند در غیر این صورت باید کشیده شوند.

۱۱ـ جدیدترین روش از بین بردن حساسیت استفاده از لیزر می‌باشد.

مشاوره دندان پزشکی

آن دسته از عزیزانی که از بیماری دهان و دندان رنج می‌برند و استطاعت مالی اندکی دارند و قادر به کاشت دندان، ارتودنسی، جراحی لثه و دندان مصنوعی نمی‌باشند می‌توانند با روابط عمومی مجله و یا روزهای چهارشنبه از ساعت ۱۲ با تلفن ۲۹۹۹۳۲۳۸ با دکتر چرامین تماس حاصل فرمایند.

حساس‌ترین دوران تحصیلی بچه‌ها

مشاوره تحصیلی

مشاوره تحصیلی و خانوادگی:
خانم زهرا طرقیان (کارشناس مشاوره) یکشنبه از ساعت ۱۱/۳۰ الی ۱۴/۳۰ با شماره تلفن: ۲۲۲۲۶۲۵۰
مشاوره حضوری خانوادگی و ازدواج: دوشنبه از ساعت ۱۱/۳۰ الی ۱۴/۳۰

◁ فرزندی هشت ساله دارم که در کلاس دوم ابتدایی درس می‌خواند. من از وضعیت درس خواندنش ناراضی هستم و نمی‌دانم که چرا مثل بعضی از دوستانش بطور خودکار تکالیف درسی‌اش را انجام نمی‌دهد. دائماً باید به او تذکر بدهم و یا در کنارش باشم و در درس خواندن کمکش کنم. به نظر شما درست است که موقع انجام تکالیف در کنار فرزندم باشم یا باید او را به حال خودش بگذارم؟

◁◁ طبیعتاً مادران جوان در این موارد نگرانی هایی دارند که برایم قابل درک است. توصیه‌ام به شما این است که از مقایسه فرزندتان با دوستان و همکلاسانش بپرهیزید چرا که نه‌تنها هیچ کمکی به مشکلتان نمی‌کند، بلکه باعث اثرات منفی روی شخصیت درحال شکل‌گیری و بخصوص اعتماد به نفس فرزندتان نیز می‌شود. هر انسانی با انسان دیگر تفاوت دارد. فرزند شما نیز در بسیاری زمینه‌ها با کودکان دیگر متفاوت است. این اصل را بپذیرید و به خودتان گهگاه یادآوری کنید. در مورد تذکرات دائم که ذکر فرمودید هم جانب اعتدال را بگیرید تا ایجاد حساسیت و یا عادتهای ناپسند نشود.

از نظر من بهتر است در دوران تحصیلات ابتدایی، والدین نقش فعال و مؤثری در پیشرفت تحصیلی فرزندانشان داشته باشند. شما هم می‌توانید با تماس و مشورت با معلمان فرزندتان و تبادل‌نظر با آنها، آگاهی و راهکار لازم در چگونه کمک و راهنمایی کردن به فرزندتان در انجام تکالیف درسی را بدست آورید و از نقاط قوت و ضعف او مطلع شوید و بعد با توجه به این آگاهی‌ها برای او برنامه‌ریزی درسی مناسبی را طرح‌ریزی کنید که البته اگر با همراهی و همفکری او باشد، اعتماد به نفسش را بالا برده و او هم مسوولانه‌تر و باانگیزه‌تر خواهد بود.

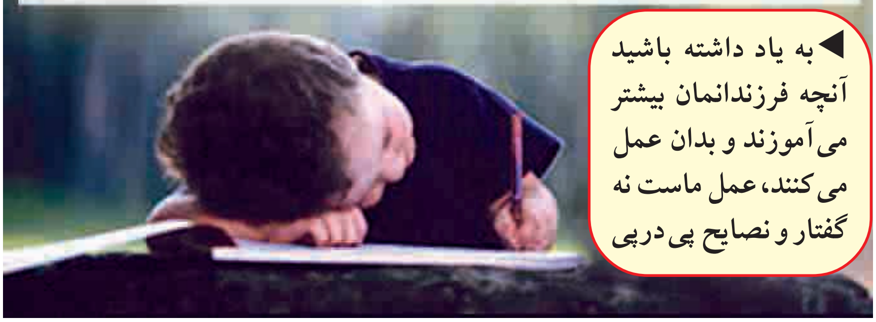
◁ متشکرم که در این زمینه راهنمایی‌ام می‌کنید. آیا بعداً او را باید به حال خودش بگذارم؟

◁◁ همانطور که قبلاً هم عرض کردم، بهتر است در این مرحله سنی و تحصیلی او را به حال خودش نگذارید. زمانی که او درحال انجام تکالیف درسی‌اش می‌باشد چندین بار به او سر بزنید و راهنمایی لازم را مبذول دارید و در ازای خوب انجام دادن تکالیف درسی به او پاداش مناسب را بدهید [منظور بیشتر تشویق کلامی و غیرکلامی مانند به‌به، آفرین، دست نوازش به سرش کشیدن و لبخند زدن و...] می‌باشد. در سالهای بعد می‌توانید آرام آرام او را ترغیب کنید که به‌تنهایی و با استفاده از رهنمونهای معلمان بیشتر تکالیف درسی‌اش را انجام بدهد.

در ضمن موقعی که فرزندتان مشغول انجام فعالیت درسی است شما نیز سعی کنید محیط را آرام نگهدارید و حتی برای تشویق او به مطالعه، شما نیز کتاب بخوانید و با برنامه روزانه مربوط به امور خانه را یادداشت‌برداری کنید تا عملاً اهمیت مطالعه و برنامه‌ریزی را به فرزندتان نشان بدهید. بیاد داشته باشید آنچه فرزندانمان بیشتر می‌آموزند و بدان عمل می‌کنند، عمل ماست نه گفتار و نصایح پی‌درپی.

◁ **برنامه‌ریزی درسی‌اش چگونه باشد بهتر است؟**

◁◁ توصیه می‌کنم که برنامه‌ریزی درسی او به نحوی باشد که باعث خستگی جسمی و ذهنی‌اش نشود. علاوه بر این در فواصل درسها استراحت و بازی و یا تماشای تلویزیون و تغذیه گنجانده شود. در ضمن او را وادار نکنید که بطور مداوم درس بخواند و برای عمل به برنامه‌ریزی و کسب نمرات خوب، مورد تشویقش قرار بدهید، مثلاً چیزی را که دوست دارد برایش بخرید و یا او را به مکان مورد علاقه‌اش ببرید. حتی اگر نمره پایینی کسب نمود، توجه و علاقه‌تان را از او دریغ ندارید، زیرا فرزندان ما باید بفهمند که ما آنها را به خاطر خودشان دوست داریم نه به خاطر نمره و یا پیشرفت تحصیلی و غیره. اگر اینگونه عمل کنید او فردی با مسوولیت و با اعتماد به نفس خواهد شد و روزبه‌روز داوطلبانه‌تر در راه پیشرفت خود قدم خواهد داشت. ضمن اینکه درک خواهد کرد که مورد توجه والدینش است که پیشرفت تحصیلی هم برای آنها بااهمیت می‌باشد.



◀ به یاد داشته باشید آنچه فرزندانمان بیشتر می‌آموزند و بدان عمل می‌کنند، عمل ماست نه گفتار و نصایح پی درپی

ریاکار آن کسی است که جامه خدمتگزاران خدا را می دزدد تا آن را بر تن شیطان بپوشاند.
•پولوک

بر اساس خاطرات سرهنگ فروزش

دوره دوم

به قلم: محمود اکبرزاده

«ممی گدا» را چه کسی کشت؟

قسمت اول

با استوار و محسن داشتیم در مورد همین ماجرا صحبت می‌کردیم که تلفن روی میز زنگ خورد. گوشی را برداشتم و طبق عادت دیرینه‌ام گفتم «سلام، امرتون‌رو می‌شنوم» صدایی که برایم آشنا به نظر می‌رسید، با لحنی شوخ گفت:

- ما کی باشیم که امر کنیم کلانتر؟ فقط یک عرضی داشتم که می‌ترسم بهتون بربخوره جناب سرهنگ...

صدا آنقدر آشنا بود که یقین داشتم یک دوست یا یک فامیل است که شاید می‌خواهد سربه‌سرم بگذارد، با خنده گفتم:

- اگه فکر می‌کنی بهم برمی‌خوره، خب نگو عزیزجان...

- ولی اگه نگم دق می‌کنم... فقط می‌خواستم بپرسم در این چند سال میری توی تکیه «ابوسفیان» لعنت‌الله علیه! که دیگه سری به هیأت متوسلین به حضرت قاسم(ع) نمی‌زنی تا لااقل به حرمت سیدالشهدا هم که شده، بچه محل‌های قدیمی، رفیقشون‌رو ببینند؟

این فقط تکیه کلام یکنفر بود که کسانی که به تکیه «متوسلین به حضرت قاسم(ع)» کم می‌رفتند، ابوسفیان لعنت شده را به رخ آنها می‌کشید، فقط او بود که اینطور شوخی‌ها را می‌کرد، پس بدون هیچ شک و تردیدی، زدم زیر خنده و با صدایی بلند گفتم:

- وقتی رفیق صمیمی و قدیمی‌ام «شمربن ذی‌الجوشن» باشه، چاره‌ای ندارم جز اینکه سر از هیات ابوسفیان دربیارم! - این را گفتم و سپس با خنده ادامه دادم - خیلی نوکرتم «مرتضی تکیه»، رفیق قدیمی... بچه محل باصفا، یادگار دوران کودکی ما... مربی فوتبال و استاد همیشگی درس زندگی بچه‌های محل... خیلی نوکرتم و...

مرتضی تکیه - که هرچه در وصف وی گفتم عین حقیقت بود - حرفم را قطع کرد و او هم با خنده و شوخی گفت:

- برو بی‌معرفت... این خالی‌بندی‌هارو واسه من یکی نکن جوونمرد... تو اگه واقعاً مارو دوست داری، این رسمشه که سه سال، به محل قدیمی و بچه‌های محل - و از همه مهم‌تر - به هیات و تکیه‌ای که خودت جزو اون افرادی بودی که اولین آجرهاش‌رو روی هم گذاشتی، سر نزنی، خیلی بی‌وفا شدی محمد!

در برابر مرتضی تکیه، نه بخاطر حرمتی که همیشه برایش قائل بودم، که حتی بخاطر درست بودن اعتراضش هم که شده بود، نباید قصورم را توجیه می‌کردم، لذا با لحنی شبیه به چهل، پنجاه سال قبل که نوجوانی ده، دوازده ساله بودم و او با بیست و یکی دو سال سن، مربی تیم فوتبال محلمان بود، گفتم:

- حق باشماست آقا... بالاخره ما باید کاری بکنیم که مرتضی تکیه، پهلوون قدیمی محل یادمون بیفته! حتی اگه این تداعی، باعث بشه که گوشمون‌رو هم بکشی آقامربی، ما باز هم عشقمون شما هستی...

حتی از پشت تلفن نیز حس می‌کردم که گونه‌های مرتضی تکیه گل انداخته و چهره‌اش باز شده و بعد خندید و گفت:

- تو از همان بچگی هم زبل و هفت خط بودی و خوب می‌دونستی چه موقعی حرفی بزنی که آتیش طرف‌رو خاموش کنی... این حرفهارو ولش کن، چطوری رفیق؟ خدارو شکر که نمردیم و تورو دیدیم که به لیاقتت رسیدی، جناب کلانتر...

چند دقیقه‌ای دیگر گپ زدیم و از دوستان مشترک گفتیم تا سرانجام از آن جایی که حدود ده روز دیگر ماه محرم شروع می‌شد، مسیر صحبت را به سویی که آقامرتضی می‌خواست هدایت کردم و پرسیدم:

- خب حاج مرتضی... بگو که واسه تکیه جوانان حضرت قاسم، چیکار از دستم ساخته است که به روی چشم انجام بدم...؟

چند ثانیه‌ای سکوت میانمان نشست تا بالاخره «مرتضی تکیه» با صدایی که پر از بغض بود گفت:

- «علم‌کش» هیات‌رو می‌خوام کلانتر... «امیر»ام‌رو ازت می‌خوام کلانتر... پسرم‌رو... آبروم‌رو...

مرتضی تکیه این را گفت و هق هق گریه مجال بیشتر گفتنش را گرفت تا من به حرف بیایم:

- چی شده آقامرتضی... چه بلایی سر پسرت اومده...؟ چرا حرف نمی‌زنی مرتضی؟ امیر الان کجاست؟

کلانتر
خاطرات

مرتضی تکیه یکی، دو بار خواست پاسخ بدهد، اما انگار بدجوری دل شکسته بود که نمی‌توانست چیزی بگوید. پس گفتم:

- ولش کن حاجی... هیچی نگو... حرف نزن تا خود من بیام اونجا... فقط به من بگو کجا هستی؟ خونه یا...

- نه... تیمچه هستم محمدجان... توی بازار... منتظرتم...

وقتی گوشی تلفن را سر جایش گذاشتم، آنقدر ناراحت بودم که محسن پرسید:

- چیزی شده کلانتر؟ حالت انگار خوب نیست؟

- اصلاً حالم خوب نیست... فعلاً هم نمی‌دونم چی شده... فقط حاضر شو که باید سری بزنیم به بازار، محسن... در ضمن با ماشین کلانتری هم نه... اگر ماشین خودت‌رو آوردی با اون میریم و اگه ماشین نداری، زنگ بزن آژانس که...

- ماشین آوردم کلانتر... تا شما حاضر بشین، من ماشین‌رو میارم روبروی کلانتری...

○

○

محسن، ماشین را از تنگنای ترافیک خیابانها رد می‌کرد و به سوی بازار می‌رفتیم که من توضیحاتم را در مورد حاج مرتضی ادامه دادم:

مرتضی تکیه، سوای اینکه واسه تمام مردم محل بزرگتر و پیشکسوت محسوب میشه، واسه من - و البته خیلی‌های دیگر مثل من - یک الگو و یک راهنما بود و هست... بچه که بودم حاج مرتضی بود که رسم درست زندگی کردن‌رو بهم یاد داد... او بود که اجازه نداد قاطی بعضی از جوونهای محل دنبال یللی و تللی برم و منو با دین و پیغمبر و امام حسین آشنا کرد... سالی هم که پدر خدا بیامرزم فوت کرد و کسی نبود که خرجی مادر و پنج خواهر و برادرم‌رو جور کنه، مرتضی تکیه وقتی فهمید کلاس دهم‌رو ول کردم تا توی یک آهنگری کار کنم و مخارج زندگی خانواده‌ام‌رو دربیارم، شب اومد توی خونه‌مون و پیش روی مادرم نشست و قرآن‌رو گذاشت بین من و خودش و قسم خورد که «به این کلام پروردگار قسم تا روزی که تحصیلت تموم بشه یا موقعی که دستت توی جیبت بره ولی ترک تحصیل نکنی، خرجی این خانواده‌رو تقبل می‌کنم... به شرطی که تو هم از فردا برگردی مدرسه و آرزوی پدر خدابیامرزت‌رو برآورده کنی که دلش می‌خواست یکروز توی این مملکت واسه خودت کسی بشی...»

حرفم را که تمام کردم، محسن گفت: «پس روی من هم حساب کن کلانتر... واسه آدم‌های پهلوون‌صفتی مثل مرتضی تکیه، هر کسی کاری بکنه به درگاه خدا گم نمیشه!»

تبسمی کردم و دیگر حرفی میانمان رد و بدل نشد تا به مقصد رسیدیم. محسن ماشین را پارک

کرد و دوتایی به طرف تیمچه راه افتادیم. در بین راه - که تا مغازه مرتضی، حدود ۵۰۰ متر پیاده راه بود - با چند تا از هم‌محلی‌های قدیمی، سلام و علیک کردیم تا صدای منحوس «فرهاد حرام‌خوار»رو که از همان سالهای جوانی، دشمن مرتضی تکیه بود و حالا هم از نزول‌خواران صاحب اسم شده بود، شنیدم که با طعنه گفت:

- اِه اِه ببینین کی اومده... البته چشم انتظارت بودیم... بَالاخره وقتی پسر حاج مرتضی تکیه خلاف بکنه و بعد هم آدم بکشه، باید سروکله رفیقاش پیدا بشه و...

به حرفهایش توجه نکردم و حتی نگذاشتم محسن با او برخورد کند، دوست نداشتم سروصدا به‌پا شود! تا بالاخره به بزازی حاج مرتضی رسیدیم که خودش روی چهارپایه جلوی در نشسته بود.

سلام و علیک و حال و احوال که تمام شد، محسن را به مرتضی معرفی و خیالش را راحت کردم که: «عین پسرمه» و حاجی رفت سر اصل مطلب: پسرم «امیر»رو که یادته؟ بچه کوچیکم موقع سربازی‌اش هم خودت کمکش کردی. از خواست خدا و دعاهای مادرت بود که این پسر شد میوه دلم، الان سال آخر پزشکیه و چند ماه دیگه دکتر میشه... توی محل و بازار هم، همه روی اسمش قسم می‌خورند، نبودی ببینی - که مثل جوونیهای خودت - چطوری علامت ۱۷ تیغه امام حسین‌رو از این سر بازار تا اون سر می‌بره... خلاصه این آخرعمری دلم خوش بود که تنها پسرم اسمم‌رو زنده کرده، تا اینکه حدود دو ماه قبل، یکروز امیر اومد همین جا و سرخ شد و سبز شد و... تا بالاخره حرف دلش‌رو زد که عاشق شده! حالا بگو عاشق کی؟ عاشق دختر کوچیکه «آقاافشار» که توی محل لوازم صوتی می‌فروشه و هر سال دهه محرم نذر داشت لوازم هیات مثل باند و میکروفون و بلندگورو تامین کنه! وقتی فهمیدم عاشق پروانه شده بیشتر خوشحال شدم، چرا که می‌دونستم این دختر هم مثل پدر و مادر و برادرانش اهل خدا و دیانته... ظاهراً اینطور که امیر می‌گفت برحسب اتفاق، امیر توی همون بیمارستانی دوره انترنی‌رو می‌گذرونه که پروانه هم اونجا حسابداره، خلاصه که دل دوتاشون واسه هم تپیده بود و موقعی که پسرم این حرف‌رو زد، بعد از اینکه برای آقاافشار پیغام فرستادم، من و مادرش سه شب بعد رفتیم خواستگاری... خدا خیرش بده آقاافشاررو که حرمت نگه داشت و گفت: «حالا که خود پروانه هم با این وصلت موافقه، ریش و قیچی دست خودت آقامرتضی» و اینطوری بود که حرفها زده شد تا اینکه تقریباً یکماه قبل، شبی که قرار گذاشتیم که عروسی بعد از محرم و صفر برگزار بشه، اما همون شب بود که آقا افشار در حضور پروانه و امیر، به من گفت: «از اون جایی که این پسره، «مسعود سیاه» [که پدرش همون قدیمها «مالخر» بود و خلاف می‌کرد] چند بار واسه خواستگاری پروانه، آدم فرستاده و ما هم جواب منفی دادیم، صلاح بر اینه که فعلاً تا روزی که عقد نکردیم، این قضیه بین خودمون مسکوت بمونه... من یک چیزی می‌دونم که این‌رو میگم آقامرتضی!»

آقامرتضی چایی را که شاگردش آورده بود، جلوی ما گذاشت.

- از نوع صحبت آقا افشار احساس کردم یک چیزی‌رو از من داره پنهون می‌کنه... این بود که اونقدر اصرار کردم تا لب باز کرد و فهمیدم که مسعود سیاه از جایی خبردار شده که امیر قراره امشب برای «بله برون» بیاد خونه‌شون، واسه همین صبح همان روز که ما شب قبل اونجا بودیم، صبح اول وقت میره دم مغازه آقا افشار و بعد از اینکه دو سه تا شیشه‌رو می‌شکنه، بهش اولتیماتوم میده که پروانه یا مال منه، یا مال هیچکس! پس بهتره به امیر و پدرش «مرتضی تکیه» جواب منفی بدی، وگرنه امسال خودم توی محل عاشورا راه میندازم» وقتی این حرفهارو شنیدم، مخصوصاً که خبر داشتم مسعود سیاه چند وقتیه که هار شده و ادای لاتهای قدیمی‌رو درمیاره و حتی از چند نفر کاسب باجگیری هم کرده، به خودم گفتم: مرتضی تکیه بعد از یک عمر که حق خلق‌الله‌رو گرفتی، حالا کارت به جایی رسیده که یک «جوجه لات» که پدرش توی جوونیهاش از یک فرسخی تو رد نمی‌شد که مبادا سایه‌ات اون‌رو له کنه، می‌خواد برای عروسی پسرت شرط و شروط بگذاره؟ این بود که فردا صبح رفتم سراغ اون نانجیب که اتفاقاً با سه، چهارتا از نوچه‌هاش توی کله‌پزی «سیدمهدی» داشت صبحانه می‌خورد و رسیده و نرسیده کشیده‌رو گذاشتم بیخ گوشش که برق از کله‌اش پرید... بعد هم دست انداختم و چانه مسعود سیاه‌رو با دو انگشت گرفتم و با ناراحتی گفتم:

- آقامهدی اگه احیاناً روزی سلاخها بهت گفتند کله پاچه داریم، اما زبون نداریم، نگران نباش و فقط به من خبر بده، چون من زبون‌های درازی‌رو سراغ دارم که تازگی‌ها خیلی بی‌موقع از دهان صاحبشون درمیان!

و بعد او را به دیوار چسباندم و آرام توی گوشش ادامه دادم: «اگر یکبار دیگه... فقط یکبار دیگه مزاحم خانواده عروس من بشی، یا نزدیکی خانواده آقای افشار پیدات بشه، بلایی سرت میارم که مردن برات عروسی باشه! حالیت شد، آشغال؟

مسعود سیاه اگرچه تا چند لحظه گیج و منگ بود، اما چند ثانیه بعد که من رهایش کردم و داشتم از کله‌پزی خارج می‌شدم، رو به من کرد و با لحنی که پشتم‌رو لرزوند گفت:

- آقامرتضی خلاف به عرضتون رسوندن... ما اگه هم اون طرفها رفتیم، فقط واسه تبریک گفتن بوده و بس! وگرنه همه محل می‌دونن که امیرخان - آقازاده شما - رفیق جون جونی ماست! چه برسه به اینکه ما بخواهیم خدای نکرده غلطهای زیادی بکنیم... حالا باز هم حرف مارو قبول نمی‌کنی آقامرتضی؟ پس منتظر باش تا خودم واسه عروس «آقادکتر» یک آش بپزم که همه محل بگن به‌به! منتظر آش ما باش مرتضی تکیه!

مرتضی تکیه عرق پیشانی‌اش را پاک کرد و رو به من و محسن ادامه داد: از خدا که پنهان نیست کلانتر، از تو که رفیقم هستی چه پنهان که اون روز خیلی ترسیدم... اشتباه نشه بچه محل، ترسم از تهدید معنی‌دار اون جوجه لات نبود، فقط نگران بودم که مسعود سیاه دست به نامردی بزنه! واسه همین بود که خیلی پشیمان شدم... پشیمان از اینکه چرا به نصیحت آقا افشار گوش ندادم... با این حال به امیر هیچی نگفتم و منتظر ماندم تا ماه محرم بگذره... تا اینکه پنج شب قبل، امیر تازه از سر کار در بیمارستان برگشته بود و داشتیم شام می‌خوردیم که یکمرتبه دیدیم جلوی در خونه شلوغ شده است، از پنجره که نگاه کردیم، دیدیم یکی از این لاشخورهای محل که جزو نوچه‌های مسعود سیاه محسوب می‌شد به نام «ممی گدا» مردم‌رو جمع کرده دور خودش و معرکه راه انداخته که «مثلاً پدرش هم ریش سفید و لوطی محله است... یکنفر هم نیست بهش بگه آقای دکتر خوبیت نداره به زن شوهردار نگاه چپ کنی... چه برسه به اینکه... استغفرالله که اگه زبون باز کنم...»

هنوز از حرفهای اون نانجیب گیج بودم که دیدم امیر مثل «قرقی» از جا پرید و تا من اومدم جلوش‌رو بگیرم، وسط کوچه بود و یقه اون کثافت‌رو گرفته بود... خدا می‌دونه چطوری لباس پوشیدم و اومدم بیرون، اما انگار پاقدمم واسه پسرم نحس بود...، چرا که تا من خواستم بهشون برسم، یکمرتبه فریاد جگرخراش «ممی گدا» تمام محله‌رو پر کرد که وسط کوچه دراز به دراز افتاده بود و داد می‌زد «سوختم... سوختم...»

جمعیت که کنار رفت، دیدم که سه، چهار تا زخم عمیق و کاری توی شکم و پشت «ممی» دهن باز کرده و از طرف دیگه چند نفر هم ریختند اطراف امیر و اون‌رو گرفتند و فریاد زدند: «کشت... پسر آقامرتضی «ممی» رو کشت»! به پسرم که نگاه کردم دیدم دستهاش هم خونیه! مغزم داشت آتش می‌گرفت و نگاهم به امیر بود که با چشماش می‌گفت: «دروغه پدر... دروغه»!

خواستم چیزی بگم که دیدم ممی داره ناله می‌کنه... انگار که می‌خواد چیزی بگه و صداش درنمیاد... زانو زدم و گوش خوابوندم جلوی دهنش و شنیدم که فقط یک کلمه حرف زد: «مسعود... مسعود» و قبل از اینکه حرفی بزنه چشمهاش چسبید به سقف آسمون»! خواستم به مردم بگم از زبون ممی خدابیامرز چی شنیدم که یکمرتبه یکنفر از وسط جمعیت داد زد: «ایناهاش... با همین چاقو «ممی»رو کشته و حالا هم انداختنش توی راهروی خونه‌شون...»

راست می‌گفت... یک چاقوی آغشته به خون، گوشه راهروی رو به خیابان افتاده بود...»

مرتضی تکیه اینها را گفت و سپس رو به من نالید: «کمکم کن کلانتر... هم آبروم و هم جون پسرم در خطره...»

به او دلداری دادم، اما باورم نمی‌شد که با یک پرونده حیرت‌انگیز روبرو هستم!

ادامه در شماره آینده

وقتی همه با من هم عقیده می‌شوند، تازه حس می‌کنم که اشتباه کرده‌ام. • اسکار وایلد

درس زندگی

بیمه‌ای برای تمام عمر

از: کیانا نصرت‌زاده

هر کس می‌گفت دیگه وقت زن گرفتن علیرضاست، دلم هری می‌ریخت پایین. اصلاً دوست نداشتم پسرم از من جدا شود. علیرضا برایم یک چیز دیگر بود. هیچکدام از بچه‌ها مثل او به من نزدیک نبود. می‌دانستم دیر یا زود باید ازدواج کند ولی فکرش ناراحتم می‌کرد اما به روی خودم نمی‌آوردم. تا اینکه بالاخره وقتش رسید و علیرضا هم شریک زندگی خودش را پیدا کرد.

باید به خواستگاری الهام خانم می‌رفتم... باید خودم را خوشحال نشان می‌دادم و دسته گل و شیرینی می‌خریدم ولی فقط خدا می‌دانست چه غوغایی در درونم برپا بود!! دلم مثل سیر و سرکه می‌جوشید. الهام دختر زیبایی بود. توی چشم‌های علیرضا عشق را می‌دیدم ولی حس می‌کردم پسرم را سحر کرده‌اند. از این دختر بدم می‌آمد. اما چه می‌شد کرد!! باید دندان به جگر می‌گرفتم. مراسم خواستگاری خیلی ساده برگزار شد و چند هفته بعد مراسم نامزدی هم انجام شد و الهام رسماً عروس من شد. دیگر علیرضا را کمتر می‌دیدم، هر روز بعدازظهر علیرضا می‌رفت خانه پدر الهام و شبها دیروقت برمی‌گشت.

حسابی دلخور بودم. پسر عزیزم را جلو چشمم داشتند از من می‌دزدیدند... اوایل به شوخی و خنده می‌گفتم:

- علیرضا، مادر دیگه تو هم رفتی و من را تنها گذاشتی. تو را هم دزدیدند...

علیرضا با خنده و مهربانی که مختص او بود، صورتم را می‌بوسید و می‌گفت:

- هیچ کس نمی‌تونه قلب من را از مادر عزیزم جدا کنه...

اما این حرف بود. من می‌دیدم که چطور جذب خانواده الهام شده و دیگر حتی در میهمانی‌های ساده خانوادگی هم همراه ما نمی‌شد. مدام برای الهام کادو می‌خرید. با او به میهمانی می‌رفت و...

کم‌کم باید تدارک عروسی را می‌دیدیم... مبلغ مشخصی را پدر علیرضا به او داد که خرج عروسی کند... می‌دیدم همه دارد خرج لباس عروس، آرایشگاه عروس و خلاصه الهام خانم می‌شود... نمی‌دانید چه حالی می‌شدم. انگار دنیا روی سرم خراب می‌شد. این دختر پاک عقل پسر من را دزدیده بود. دیگر طاقت نیاوردم و شروع به اعتراض کردم. علیرضا سعی می‌کرد حرمت من را نگه دارد و از طرف دیگر نمی‌خواست دل الهام را بشکند. دیدم اینجوری فقط پسرم روزبه‌روز بیشتر آب می‌شود. رک و پوست‌کنده حرفم را به الهام زدم و از او گله کردم که چرا اینقدر ریخت و پاش می‌کند؟!... خودم را برای یک جنگ آماده کرده بودم اما الهام وارد میدان جنگ نشد. قبل از هر نوع اعتراضی، حرفم را پذیرفت و از من تشکر کرد که به او گوشزد کردم تا پولهایشان را بی‌خود به هدر ندهند...

☑ نگران این بودم که مبادا علیرضا کمتر به من سر بزند اما اینطور نشد و علیرضا با درایت عجیبی این یقین را به من داد که او را هرگز از دست نخواهم داد

حس می‌کردم میدان را باخته‌ام، این دختر با رفتار عجیبش مرا به شک انداخته بود. نمی‌توانستم واقعیت شخصیت او را پیدا کنم...

مراسم عروسی برگزار شد... هر روز بهانه‌ای پیدا می‌شد تا من از الهام ایراد بگیرم و این دختر در صبوری کامل تحمل می‌کرد تا اینکه متوجه شدم، علیرضا هر روز بعد از ساعت کاری‌اش اول به خانه ما می‌آید، نیم ساعتی پیش من می‌نشیند و بعد می‌رود خانه خودش... نمی‌دانید چه احساس خوبی داشتم. حس می‌کردم پسرم را دوباره به دست آورده‌ام. شاید احساس احمقانه‌ای بود ولی قلباً مرا راضی می‌کرد. سعی می‌کردم غذاهای خوشمزه درست کنم تا پسرم را بیشتر به خانه خودم بکشم و علیرضا هر وقت که من می‌خواستم کنارم حضور داشت. الهام متوجه شده بود که من دلم می‌خواهد پسرم را تنها ببینم برای همین این فرصت را فراهم می‌کرد تا ما دوتا تنها باشیم...

باخبر شدم الهام باردار شده، خوشحال بودم ولی از طرفی نگران این بودم که مبادا علیرضا کمتر به من سر بزند اما اینطور نشد و علیرضا با درایت عجیبی این یقین را به من داد که او را هرگز از دست نخواهم داد...

بچه که به دنیا آمد، حس خوبی داشتم. حالا بچه علیرضا از خودش عزیزتر بود. الهام روزها می‌آمد خانه من و بچه را می‌سپرد به من... عشق عجیبی به این بچه داشتم. دلم می‌خواست به هر بهانه‌ای بچه را بسپرند به من و خودشان دوتا بروند بیرون... احساسم به الهام عوض شده بود. به خودم که آمدم دیدم چقدر این دختر بادرایت و بینش رفتارهای بدو حسادتهای من را تحمل کرد تا به من اطمینان دهد که پسرم را از من ندزدیده...

الان چهارده سال از ازدواجشان می‌گذرد. حالا به الهام نزدیکتر از علیرضا هستم. وقتی از آن روزها صحبت می‌کنیم او می‌گوید:

- ... چاره‌ای نبود. نمی‌خواستم شما را اذیت کنم و زندگی‌ام را بیاندازم توی دردسرهایی که متداول است. شما باید اطمینان پیدا می‌کردید که علیرضا هنوز همان پسر خوب و مهربان شماست... کار سختی نبود، اما در عوض زندگی‌ام را برای همیشه بیمه کردم...

او مثل دخترم بود و چقدر عاقلانه رفتار کرده بود. حالا دیگر حتی اگر علیرضا را هفته‌ها نبینم، مطمئنم که الهام از من بیشتر و بهتر مراقبش است و... این درس بزرگی برای من بود...

■

مشاوره خانوادگی:
بهمن بهروزی(روان پزشک) چهارشنبه از ساعت ۱۰ تا ۱۳
پنج شنبه مشاوره حضوری از ساعت ۱۴ تا ۱۷
با تعیین وقت قبلی با شماره تلفن: ۲۲۲۲۶۲۵۰

پرسش:

با آرزوهایم چه کنم؟ مادرمان را دوست داریم اما...

دختری سی و پنج ساله هستم و مجرد با پدر و مادر و سه برادر دیگرم زندگی می‌کنم. مادر من مدت پنج سال است که مریض می‌باشد و راستش را بخواهید خود ما هم نمی‌دانیم او را در کدام رده بیماری به حساب بیاوریم. یکبار مادرم را نزد روانپزشک بردیم و او قرصی به نام هالوپریدول و قرص دیگری به نام فلوکسیتین را تجویز کرد که متاسفانه اثر مثبتی بر روی مادرم نداشت.

قبل از این پنج سال مادرم با پدرم و ما، مشکل عمده‌ای نداشت و با وجود هفتاد سال سن، تمامی کارهای خانه و خارج خانه را به خوبی انجام می‌داد ولی در طی این مدت به صورت افراطی پدرمان را مورد سرزنش قرار می‌دهد و صبح و شب گلایه از وضع زندگی می‌کند و بصورتی متناوب کاستیهای زندگی را که اکثراً ساختگی و اغراق‌آمیز هستند را بهانه می‌کند. مثلاً بصورتی اضطراب‌گونه دائم می‌گوید غذا نداریم، لباس نداریم، شام چه بخوریم و غیره و این بهانه‌ها را مرتب تکرار می‌کند و وضع به‌گونه‌ای شده که همه اعضای خانواده از دست او سرسام گرفته‌اند.

حال ایشان طوری است که اکثراً روی رختخواب می‌خوابند و کار مثبتی نمی‌کند و مدت چهار سال است بشدت از خانه بیرون رفتن و دکتر رفتن امتناع می‌کند و می‌گوید من چیزیم نیست و بیماری را انکار می‌کند.

ما همگی مادرمان را دوست داریم، اما من می‌گویم باید به او به تندی رفتار کنیم تا به خودش بیاید. درحالی که برادرم نظر دیگری دارد و می‌گوید باید با مهر و محبت با او رفتار کنیم، زیرا مادرمان است و کم‌کم براه می‌آید. البته هر دو راه بی‌نتیجه بوده و خلاصه گیجی عجیبی در خانواده حکمفرما است.

از شما خواهشمندم با توجه به تجربه بالایی که دارید، ما را راهنمایی کنید، آیا مادر ما بیماری روانی دارد و آیا راه علاجی وجود دارد یا نه؟

پاسخ:

زمانی هم برای طرف توجه بودن

سرکار خانم ن - د از تهران:

نظریه نادرست

متاسفانه باید بگویم که شما و سایر اعضای خانواده درباره مادرتان نظریه‌های درستی را بیان نکرده‌اید. سوای مشکلات جسمانی از جمله ناراحتی قلبی، فشارخون، ناراحتی چشم و سایر بیماریها که در چنین سنینی غیرعادی نمی‌باشد، مادر شما دارای شرایط خاص روحی است که غالباً کهنسالان به آن گرفتار می‌آیند. برای اینکه درک درستی از چارچوب ذهنی مادرتان داشته باشید، ابتدا باید بگویم که یکی از شاخصه‌های کهنسالی، بازگشت به دوران خردسالی است. یعنی اینکه بهانه‌گیری‌های کودکانه، حساسیت فوق‌العاده و زودرنجی که در کودکان زیر شش سال عموماً مشاهده می‌شود، در کهنسالی هم غالباً عارض می‌گردد و اتفاقاً دلیل آن هم شاید جلب توجه است. انسان کهنسال احساسی دارد که درد بسیاری در آن نهفته است و آن احساس به‌درد نخوردن، مزاحم بودن، سربار بودن، زشت بودن و بسیاری از وجوه منفی دیگر که بدترین آنها احساس تنهایی است.

این احساس تنهایی باعث می‌شود که فرد کهنسال سعی داشته باشد تا به هر شکل ممکن توجه دیگران را بخود جلب کند و به همین دلیل هم عجیب‌ترین و غیرممکن‌ترین حرفها را بر زبان می‌راند. درواقع او می‌داند که هرچه رفتارش پرخاشگرانه‌تر و عجیب و غریب‌تر باشد، توجه بیشتری را به‌خود جلب می‌کند و حداقل کسانش را دور و بر خود جمع می‌کند.

مادر مشکلی ندارد اما...

من هم معتقدم که مادر شما از مشکل روحی که البته منظور بیماری یا ناهنجاری روحی به معنای کلاسیک آن است، رنج نمی‌برد و از این حیث سالم است. اما سایر معضلات روحی مثل احساس تنهایی و افسردگی ناشی از آن داستان دیگری دارد، و به همین دلیل هم داروهایی چون هالوپریدول فلوکسیتین، و امثال آنها برای او اثر درمانی ندارند، چرا که این داروها برای افسردگی به معنای کلاسیک و کلینیکی موثر واقع می‌شوند و نه برای غمگینی بر اثر احساس تنهایی.

انتظار نداشته باشید

یک نکته مهم که شما و برادرانتان به عنوان فرزندان مادر باید درنظر داشته باشید، این است که به هیچ‌وجه نباید انتظار داشته باشید که مادرتان به شرایط و حالات سابق خود بازگردد. البته می‌دانم پذیرفتن این واقعیت برای شما که سالها مادر خود را یک زن دلسوز، فداکار و نقطه اتکای همه مشاهده کرده‌اید، بسیار مشکل است و از صمیم قلب می‌خواهید که او به همان شخصیت سابق خود بازگردد، اما جبر و گذر زمان را باید درنظر بگیرید او دیگر هرگز مثل سابق نخواهد بود و اتفاقاً همین امر یعنی انتظارات شما از او است که ایجاد مشکل کرده است.

مادر شما از آنجایی که نمی‌تواند انتظارات شما را برآورده کند، خودش هم از دست خودش خشمناک می‌شود و باید به نوعی این خشم را بروز دهد. در اینجاست که آن را روی اطرافیان خود تخلیه کرده و بهانه‌گیری می‌کند. این رفتارها، ناهنجاری نیست بلکه واکنشی در برابر همه تفکرات داخل ذهن او است.

راه چاره

حال باید بر آن باشید که بهترین راه چاره را پیدا کنید. بیشتر از همه شما باید سعی کنید تا او را درک نمایید. سعی نکنید که مرتباً به او نصیحت کرده و او را برای رفتن به نزد پزشک و متخصص و امثال آن ترغیب کنید، بلکه فقط او را درک کنید و در کنارش باشید. لازم نیست هیچ کاری انجام دهید. و از همه مهمتر از او انتقاد نکنید. مادرتان دیگر زحمات خود را کشیده و دیگر هیچ انتظاری نباید از او داشته باشید. قدرشناس باشید و به‌گونه‌ای رفتار کنید که او متوجه شود شما قدرشناس هستید. برای اینکه خیال شما را راحت کنم با قاطعیت به شما می‌گویم که بهانه‌گیریها و بیم از احساس تنهایی، ادامه خواهد یافت و شما هیچ کاری نمی‌توانید انجام دهید و فقط با «**در کنار او بودن**» می‌توانید شکوه‌های او را کاهش دهید. فراموش هم نکنید که او عوارض و مشکلات جسمانی هم دارد و نمی‌تواند آنگونه که شما می‌خواهید، خوش و خرم جلوی شما خودش را نشان دهد. آری او حال و حوصله هیچ کاری ندارد، حمام رفتن، خرید کردن، نظافت کردن و امثال آن اعمالی هستند که دل خوش می‌خواهد و انگیزه و تحرک. حال شما بگویید او چه دل خوشی دارد؟ شماها که مرتباً از او ایراد می‌گیرید به سرش غرولند می‌کنید و هر روز می‌خواهید او را به نزد دکتر برده و مداوا نمایید. قبول کنید نیازی به هیچکدام از این کارها ندارید. خودتان بین فرزندان قرار و مدار بگذارید که به صورت نوبتی او را استحمام کنید.

در برابر او با چهره غمگین و ناراحت و یا خشمگین ظاهر نشوید. یک لبخند ساده از جانب شما برای او دنیایی است. به گله‌های او گوش کنید، جواب ندهید، فقط گوش کنید. زمان آن رسیده که مادرتان فقط استراحت کند و از زندگی لذت ببرد. اگر امکان دارد او را به مسافرت ببرید. بخصوص مسافرتهایی که با زیارت همراه باشند، به او آرامش می‌بخشند. با او صحبت کنید نه نصیحت و نه انتقاد، بلکه فقط از آنچه در فامیل و اقوام می‌گذرد برای او بگویید. تمامی آنچه که گفتم فقط زمانی امکان‌پذیر است که او را درک کرده و آنچه را که در ذهن او می‌گذرد شناسایی کنید. او به نقطه‌ای رسیده که از فردای خود خبر ندارد. اگر فقط بتوانید خود را جای او بگذارید و لختی مانند او بیاندیشید، آنگاه نه انتظار خواهید داشت که او تغییر کند و یا مثل سابق شود و نه بدنبال مساله‌ای واهی چون درمان مشکلات روحی او خواهید بود. چرا که مادر شما بیمار روحی نیست و فقط زنی تنها و کهنسال است که انتظار دارد فرزندانش او را درک کنند و هرآنچه هست بپذیرند.

تردیدی ندارم که با توجه به فرهنگ و هوش سرشاری که شما و سایر اعضای خانواده از آن بهره‌مند هستید، به بهترین شکل ممکن در کنار مادرتان خواهید بود و اجازه نخواهید داد که او به دلیل فشار عصبی ناشی از احساس تنهایی و بیم از تنهایی به رفتار پرخاشگرانه روی آورد. و باور کنید این مهم در حیطه رفتار شما می‌گنجد و دکترها و متخصص‌ها در این خصوص مفید واقع نخواهند شد.

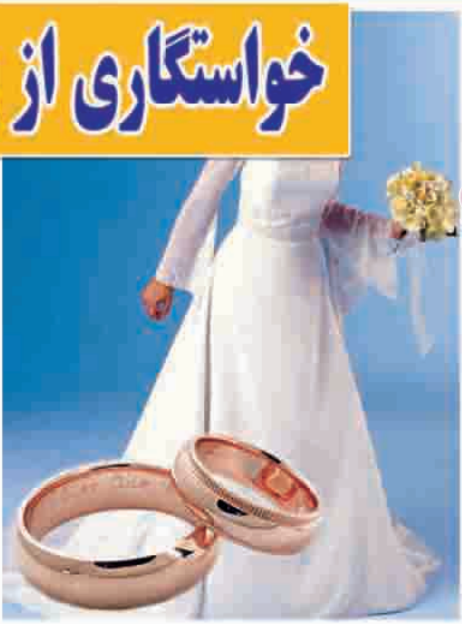
موفق و پیروز باشید دکتر بهمن بهروزی

روزگار نسبت به کسی که بداند وقت خود را چگونه مصرف کند، فوق العاده مهربان است. • مرداویبودی

خواستگاری از یک طلسم‌شده

ماجراهای خواستگاری

از : کورش کاشانی



فالگیر بهم گفته بود آنکه اول اسمش «م» است و قد بلند دارد، همسر ایده‌آل توست. گفت از خواستگارت که چاق است و سرش کم مو است حذر کن...

از قضا، بهرام کوتاه قد بود و کمی چاق و مهران قد بلندی داشت. ناخواسته یاد حرف فالگیر افتادم. این دو به فاصله یک هفته به خواستگاری‌ام آمدند. از قبل انتخابم را کردم. یعنی فالگیر انتخاب کرده بود. اولین بار که با مهران رفتم رستوران تا در مورد ازدواج صحبت کنم، از رفتار و کردارش خیلی خوشم آمد... مودب بود و باوقار... دست و دل باز هم بود. ذوق زده شده بودم. خواستم بهش بگم که فالگیر چی بهم گفته بود ولی آنقدر حرف تو حرف آمد که یادم رفت...

روز بعدش با خواهرم دوباره پیش فالگیر رفتم. این بار بهم گفت:

- یک خواستگار خوب داری... دست رد به سینه‌اش نزن... این مرد آرزوهای توست...

نمی‌دانید چه حالی شدم. دلم می‌خواستم از خوشحالی جیغ بزنم... جرأت نمی‌کردم جواب مثبتم را به این زودی اعلام کنم و یا داستان فالگیر را برای پدر و مادرم تعریف کنم... آنها به این چیزها هیچ اعتقادی نداشتند. اما من و خواهرم باور کرده بودیم که این فالگیر علم غیب دارد!!!

خلاصه جلسه دوم و سوم هم با مهران بیرون رفتم و عملاً قبل از اینکه بهرام را بشناسم جواب ردم را به او اعلام کردم...

بعد از سه جلسه که با مهران صحبت کردم، پدرم دیگر اجازه نداد با هم بیرون برویم. گفت دیگر باید بقیه مراودات در حضور بزرگترها باشد. چند روز از مهران خبری نشد تا اینکه خاله شهین که درواقع رابط این خواستگار بود، خبر آورد که مهران از این ازدواج منصرف شده و گفته با من تفاهم ندارد...

باورم نمی‌شد... فکر می‌کردم حتماً اشتباهی رخ داده... نمی‌دانید توی رویاهایم حتی اسم بچه‌هایم را هم انتخاب کرده بودم. خاله شهین من را به گوشه‌ای برد و غرغرکنان گفت:

- آخه آدم عاقل به خواستگارش می‌گوید که فالگیر بهم گفته شما مرد آرزوهای من هستید؟!!...

تازه فهمیدم چه اشتباهی کردم. خلاصه چند روز و چند هفته اشک ریختم تا کم‌کم این ماجرا از ذهنم بیرون رفت. دوباره به سراغ فالگیر رفتم. این بار هم گفت:

- مبادا زن مرد طلافروش بشوی! توی فالت آمده که مردی با کلی طلا آمده که تو را خواستگاری کند ولی گول ثروتش را نخور خیلی خسیس است...

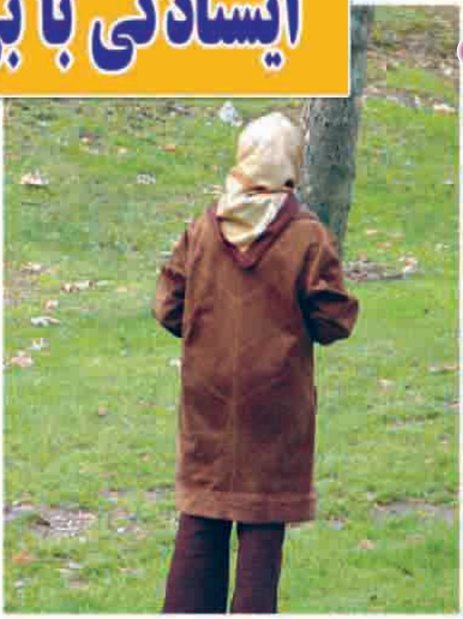
هرچه نشستیم، خواستگار طلافروش برایم نیامد. اما من که دست‌بردار نبودم، باز رفتم پیش فالگیر و بهش گفتم:

- بالاخره من کی عروسی می‌کنم؟

ایستادگی با بی‌رحمی تمام

در پیچ و خم دادگاه

از : راشین مختاری



این دفعه که رفت سفر، فکر کردم باید کاری کنم. چه فایده‌ای دارد؟! هر دفعه قبل و بعد از سفر چنان جنگی راه می‌اندازم که زندگی به کام خودم و بچه‌ها تلخ می‌شود. اما او کار خودش را می‌کند. به سفر می‌رود و هرگز تهدیدهای مرا جدی نمی‌گیرد. حتی وقتی قهر کردم و خانه پدرم رفتم، باز در برنامه‌اش تغییری ایجاد نکرد... این سفرها واقعاً مرا کلافه می‌کرد... چند تا دوست مجرد داشت که یا زنهایشان را طلاق داده بودند و یا اصلاً زیر بار ازدواج نرفته بودند، آن وقت این مرد، با داشتن دو بچه و یک زن دلش می‌خواست پابه‌پای آنها خوشگذرانی کند. که چی شود؟! یک روز می‌گفت، می‌خواهیم مجردی برویم شمال، روز بعد می‌گفت همگی می‌خواهیم برویم اصفهان و...

می‌دانستم بساط تریاک و مشروب و... همه چیز به‌راه است. هرچه گفتم این کار را نکن، شالوده زندگی‌مان را بهم می‌زنی... گوش نکرد... در جواب حرفم می‌گفت:

- مگه برای تو و بچه‌ها کم و کسری گذاشتم؟! شما که خرجی‌تان سر موقع می‌رسد...

بله راست می‌گفت. وقتی یک نفر در سن سی سالگی به ارث هنگفت پدر خسیسش برسد و هرچه در دوران حیات پدرش از پول محروم بود، یک‌شبه مال دنیا را ریخته بودند روی سرش، خب معلوم است کارش به اینجا می‌کشد... هرچه پدرش برای ریال به ریال مالش جانش درمی‌آمد و حاضر نبود حتی یک وعده غذای سیر بخورد، حالا شوهرم به جای او پولها را حیف و میل می‌کرد. انگار حرص داشت. انگار دلش می‌خواست همه عقده‌های بچگی‌اش را حالا خالی کند. برای بچه‌ها بی‌رویه خرج می‌کرد. وقتی میوه و گوشت می‌خرید انگار برای بیست نفر خرید کرده بود. خانه ما همیشه پر از خوراکی بود و شوهرم فکر می‌کرد این یعنی اوج خوشبختی...

بعد می‌رفت سراغ خوشگذرانی‌اش... انتظار داشت به خاطر خرجی که به من می‌داد، صدایم درنیاید و از هیچ چیز گله نکنم... حق با او بود. مادرش تمام عمر زجر می‌کشید که دو ریال خرجی

■ هرچه نشستیم، خواستگار طلافروش برایم نیامد. اما من که دست‌بردار نبودم، باز رفتم پیش فالگیر و بهش گفتم: بالاخره من کی عروسی می‌کنم؟

گفت:

- بختت را بستند. برای باز کردن آن باید ماه بعد بیایی پیشم تا به تو بگویم چه بکنی...

سه روز بعد خواستگاری برایم آمد. مطمئن بودم این یکی هم به ازدواج ختم نمی‌شود. سعید تازه از دانشگاه فارغ‌التحصیل شده بود. وضع مالی‌اش معمولی بود ولی خانواده بسیار معتبری داشت. پدرم خیلی دوست داشت این وصلت انجام شود. یک جلسه هم که با سعید صحبت کردم از او خوشم آمد، اما از آنجایی که فالگیر به من گفته بود بختم بسته شده، مطمئن بودم که قبل از عقد و عروسی این ماجرا تمام می‌شود، برای همین با دلواپسی با سعید حرف می‌زدم. دیگه طاقت نیاوردم و یک روز همراه خواهرم به سراغ فالگیر رفتم تا از او بپرسم سرنوشتم با این خواستگار چه خواهد شد که از قضا، فالگیر به سفر رفته بود و نمی‌توانست نسخه‌ای برایم بپیچد... خلاصه دل‌نگران به خانه آمدم. هنوز عرقم خشک نشده بود که سعید بهم زنگ زد و از من خواست همراهش به سینما بروم. نمی‌دانستم چه بکنم ولی به اصرار مادرم قبول کردم و آن شب از هر دری حرف زدیم و هرچه بیشتر می‌گذشت حس می‌کردم این پسر چقدر به روحیات من نزدیک است... کم‌کم حس کردم به او علاقه‌مند شده‌ام. قرار شد آخر هفته آینده برای خواستگاری رسمی به خانه‌مان بیاید، هرچه خواهرم اصرار کرد که قبل از خواستگاری رسمی، صلاح و مشورتی با فالگیر کنم، قبول نکردم، نه اینکه اعتمادم را به او از دست داده باشم، بلکه نمی‌خواستم او چیزی بگوید و مجبور شوم دست رد به سینه سعید بزنم. برای همین دیگر پیش فالگیر نرفتم. خواهرم به‌تنهایی رفت ولی جرأت نکردم از او سوال کنم و خواهرم هم چیزی به من نگفت...

خلاصه مراسم نامزدی و عقد هم انجام شد و آنقدر همه چیز مثل برق گذشت که وقتی به خودم آمدم دیدم همسر رسمی سعید هستم و توی خانه او دارم آشپزی می‌کنم...

حالا یازده سال از ازدواج ما می‌گذرد... چند شب پیش وقتی داشتم خاطرات گذشته را با خواهرم مرور می‌کردم از او پرسیدم:

- راستی فالگیر به تو چه گفته بود که تو هرگز به من نگفتی؟

صدای خنده‌اش بلند شد و گفت:

- فالگیر بهم گفت این پسر سیاه‌بختش می‌کند. تا قبل از اینکه طلسم را من باز نکنم نباید جواب مثبت به کسی بده...

صدای خنده هر دومان بلند شد. یازده سال از آن روزها می‌گذرد و من نه‌تنها سیاه بخت نشده بودم بلکه زندگی خوب و شیرینی با سعید دارم...

■

■ بچه‌ها به پدر لاابالی احتیاج ندارند. می‌شود با یک لقمه نان زنده ماند و زندگی کرد ولی نمی‌شود با مردی زندگی کرد که لاابالی است و بچه‌ها از او الگو می‌گیرند...

بیشتر بگیرد. ولی حالا درد من از جنس دیگری بود...

بر سر این سفرها حسابی دعوایمان می‌گرفت ولی او اهمیتی نمی‌داد. فکر می‌کرد با خریدن چند تا النگو می‌تواند دهان من را ببندد و وقتی می‌دید من باز گله و شکایت دارم دیگر طاقت نمی‌آورد...

تا اینکه تصمیم گرفت با دوستانش به دبی برود... بهش گفتم این بار راهش نمی‌دهم و حق ندارد به خانه برگردد... خندید و حرفم را جدی نگرفت. در عوض بهم گفت:

- تا تو محتاج پول من هستی، من را از این خانه بیرون نمی‌کنی...

نمی‌دانید چقدر عصبی شدم. اما یک واقعیت تلخ ته این حرف بود که باید آن را قبول می‌کردم. راست می‌گفت، موقعیت خوب مالی‌اش پاهای مرا برای جدایی سست می‌کرد...

تا اینکه تصمیم خودم را گرفتم، همان روز اول که به سفر رفت، کلیدساز آوردم و کلید خانه را عوض کردم. شوهرم که از سفر برگشت دید در را نمی‌تواند باز کند. دستش را روی زنگ گذاشت. بچه‌ها را خوابانده بودم و زنگ را قطع کردم. یک ساعتی پشت در ماند و بعد مجبور شد با کیف و چمدان به خانه خواهرش برود. صبح روز بعد دوباره آمد دم در این بار در را رویش باز کردم اما اجازه ندادم از چارچوب در داخل بیاید. برایش باورکردنی نبود. بهش گفتم دیگر حق ندارد به خانه برگردد. بچه‌ها به پدر لاابالی احتیاج ندارند. می‌شود با یک لقمه نان زنده ماند و زندگی کرد ولی نمی‌شود با مردی زندگی کرد که لاابالی است و بچه‌ها از او الگو می‌گیرند...

شوهرم التماس کرد... قبول نکردم... هرچه خواهش و تمنا کرد من بی‌رحمانه جلویش ایستادم... شوهرم مجبور شد به خانه خواهرش برگردد. من چند هفته بعد تقاضای طلاق کردم و... حالا آمده‌ام دادگاه تا تکلیف زندگی‌ام را روشن کنم...

■

شکوفه‌های زندگی

محمدامین نژادقربانی

حسین حیدربیگی

کیانا اسماعیلی

نازنین فتحی

اشکان دوستانی

نسرین دوستانی

مهدیس مقدسیان

آیدا قنبری

امیرمحمد افشاری

امیرحسین صابری

امیرحسین جهانگیری پور

زهرا آئینی

برای جستجوی حقیقت و وصول بدان لازم است از مرگ نیز هراس نداشته باشیم. •مردآویوری

سلسله گزارشهای زندان

این هفته: زندان ورامین - بند نسوان

چاپ و انتشار این سلسله گزارشها به منزله صحت و یا تأیید موارد مطرح شده در آن‌نیست.

هان ای دل عبرت بین

تهیه: مجید شادمان‌نژاد

بخت بد را علاجی نیست!

قسمت دوم و آخر

خلاصه قسمت اول:

در شماره قبل خواندید؛ زن جوانی که در ندامتگاه مرکزی ورامین با او مصاحبه کردیم فرزند دوم یک خانواده ۱۰ نفره بود. خانواده آنها در حلبی‌آبادهای حومه تهران زندگی می‌کردند. پدرش که از شهرستان به تهران آمده بود، مثل اکثر ساکنان آن منطقه به خلافکاری روی آورده و به نگهداری از مواد مخدر می‌پرداخت. او به اجبار پدر در سن دوازده سالگی ازدواج کرد و در سن ۱۳ سالگی اولین پسر و در سن شانزده یا هفده سالگی دومین فرزند خود را که دختر بود به دنیا آورد. مدتی بعد شوهرش که او نیز در کار مواد مخدر بود - او را به بهانه نقد کردن چک به زاهدان برد و در راه بازگشت، در ایست بازرسی از ساک آنها مقداری هرویین کشف گردید که به خاطر آن، او به تحمل هشت سال حبس و شوهرش به پانزده سال حبس محکوم شد. البته او پس از تحمل چهار سال حبس با عفو مقام رهبری از زندان بیرون آمد. ضمن آنکه در این مدت او فرزند سومش را نیز در تهران به دنیا آورده بود. اگرچه خیلی تلاش کرد تا با استفاده از محکومیت شوهرش از او طلاق بگیرد، اما موفق نشد و درنهایت دو سال بعد، شوهرش نیز از زندان رهایی پیدا کرد.

یک سال بعد زمانی که او برای بار چهارم باردار بود به بیماری چربی خون مبتلا شد و این بار برخلاف انتظار، شوهرش مثل یک پرستار مهربان هر وقت او نیاز به دارو پیدا می‌کرد، به سرعت کپسولهای موردنیاز همسرش را به او می‌داد. زن تصور می‌کرد که شوهرش به نوعی درحال مراقبت از اوست درحالی که حقیقت چیز دیگری بود... و اینک ادامه ماجرا:

> ◆چند شب اول بعد از آزادی‌ام را در پارکها خوابیدیم، اما دیدم اینطور نمی‌شود. بچه‌هایم دارند از گرسنگی می میرند

غفلت من از محبت‌های دروغین شوهرم کار را به جاهای باریک کشاند و من این موضوع را خیلی دیر فهمیدم. دقیقاً خاطرم نیست چه سالی بود که طرح پاکسازی محله بدنام جمشید به اجرا درآمد، اما بعد از اجرای این طرح، زمزمه پاکسازی محله ما، یعنی خاک سفید تهرانپارس نیز بر سر زبانها افتاد. دیگر هر کجا می‌رفتیم حرف از این بود که به زودی این محله هم مثل محله جمشید خراب خواهد شد. هرچه زمان می‌گذشت این حرفها، قوت بیشتری می‌گرفت تا آنجا که هشدارهای نیروی انتظامی شروع شد و همه مطمئن شدند آن شایعات، ریشه در حقیقت داشته است و این درست مصادف بود با ماههای آخر دوره بارداری من! زندگی خوبی که نداشتیم، این مساله هم باعث تشنج بیشتر خانواده شده بود. دیگر تقریباً هر روز با شوهرم مشاجره داشتیم. موضوع اصلی دعواها و درگیری‌هایمان هم مشخص بود. من هر روز از او می‌خواستم که قبل از آنکه ماموران بریزند و ما را دستگیر کنند، خودش دست از کار کثیفش بردارد و از آن محل برویم، اما او گوشش بدهکار این حرفها نبود، تا اینکه آنچه نباید اتفاق افتاد. یک شب بحث و دعوایمان آنقدر بالا گرفت که من کیفم را برداشتم و به خانه پدرم رفتم. تصمیمم این بود که حداقل تا زمان زایمانم در آنجا بمانم، اما صبح روز بعد حالم به شدت بد شد. هیچ وقت در عمرم دچار چنین حالتی نشده بودم. تمام بدنم به شدت درد می‌کرد، مرتب عطسه می‌کردم و دچار آبریزش شدید از چشم و بینی شده بودم. وقتی موضوع را به مادرم گفتم، بیچاره خیلی ترسید، البته بیشتر به خاطر بچه‌ای که در شکم داشتم. به همین خاطر گفت «زودباش پاشو برویم دکتر!» لباس پوشیدم و با هم به نزدیکترین درمانگاه محل رفتیم. خودم تصور می‌کردم به شدت سرما خورده‌ام، بنابراین به دکتر هم همین را گفتم. اما وقتی دکتر مرا معاینه کرد، ابتدا مادرم را از اتاق معاینه بیرون فرستاد و بعد خیلی آرام پرسید: «چی مصرف می‌کنی؟» من که متوجه منظورش نشده بودم خیلی عادی و معمولی گفتم: «چون باردار هستم، دارو مصرف نمی‌کنم، فقط چون چربی خونم بالاست یک نوع کپسول می‌خورم. البته اسمش را هم نمی‌دانم چون وقتی حالم بد می‌شود، شوهرم کپسول را به من می‌دهد.» دکتر پرسید: «اگر از آن کپسول همراهت هست یکی را به من بده ببینم!» گفتم: «همراهم نیست، اما الان تماس می‌گیرم تا بیاورند.» بعد هم از مطب بیرون آمدم و از درمانگاه به خانه‌ام زنگ زدم. شوهرم نبود، از پسر خواهر شوهرم که گوشی تلفن را برداشته بود خواستم کپسولهای مرا به درمانگاه بیاورد. او هم بلافاصله کپسولها را آورد و من آنها را به دکتر نشان دادم. دکتر یکی از کپسولها را باز کرد و چشمتان روز بد نبیند، داخل آن به جای دارو، شیره بود! نزدیک بود از ناراحتی سکته کنم. با اینکه پدرم و شوهرم هر دو اعتیاد داشتند، اما نه من و نه مادرم هیچ‌کدام لب به مواد نمی‌زدیم و پاک پاک بودیم. دکتر وقتی دید حال من بد شده، پرسید مادرت می‌داند؟ سرم را به علامت نفی تکان دادم و گفتم: «نمی‌خواهم بداند به اندازه کافی زجر کشیده این دیگر برایش زیاد است!» اما دکتر گفت: «باید بداند تا در ترک دادن تو کمکت کند!» بعد هم او را صدا کرد و کم‌کم به او فهماند که موضوع از چه قرار است! مادرم که شوکه شده بود، هیچ نگفت. اما وقتی از مطب بیرون آمدیم کوبید توی سرم که: «ای خاک بر سرت آخرسر هم خودت را بدبخت کردی؟!» قسم خوردم که من خبر نداشتم. و بعد برایش گفتم: «از زمانی که شوهرم فهمید می‌خواهم طلاق بگیرم، سعی کرد یک‌جوری مانع از اینکار شود و بالاخره هم موفق شد. او تصور می‌کرد اگر مرا معتاد کند، به او وابسته می‌شوم و هیچ وقت رهایش نمی‌کنم. به همین خاطر این کار را کرد تا به منظورش برسد!» مادرم وقتی متوجه اصل ماجرا شد، گفت که باید همت کنم و با کمک خودم ترک کنم. بعد هم مرا خواباند. حدود بیست روز طول کشید تا توانستم ترک کنم. تا زمان زایمانم خانه پدرم بودم. بعد از اینکه بچه متولد شد، از بیمارستان به خانه پدرم برگشتم، اما پدرم دستور داد که به خانه خودم بروم. هرقدر مادرم اصرار کرد که مدتی دیگر هم من آنجا بمانم، پدرم قبول نکرد. مادرم می‌ترسید که شوهرم دوباره مرا معتاد کند و پدرم از این می‌ترسید مبادا دامادش دیگر به او مواد ندهد! و بالاخره این پدرم بود که پیروز شد و مرا به خانه خودم فرستاد!

خوب یادم هست آن روزها من ضعف شدید داشتم حتی نمی‌توانستم روی پاهایم بیاستم. به دنیا آوردن چهار بچه پشت سر هم، ترک فشرده مواد، و استرس‌های روحی مرا به شدت ضعیف کرده بود، طوری که از عهده هیچ کاری برنمی‌آمدم، دست آخر هم به تصور اینکه اگر مواد مصرف کنم، ضعف‌هایم برطرف می‌شود و جانی دوباره می‌گیرم، دوباره شروع کردم به مصرف کردن. وقتی چند ماهی گذشت و شوهرم دیگر مطمئن شد من کاملاً معتاد شده‌ام، مرا ناچار کرد تا هر وقت می‌خواهد مواد بخرد، با او بروم. می‌گفت او نمی‌تواند تشخیص دهد که مواد خالص است یا نه و بهتر است من در این کار کمکش کنم! من هم ناچار اطاعت کردم. چرا که می‌دیدم اگر با او نروم تلافی‌اش را سر بچه‌ها درمی‌آورد و آنها را در فشار می‌گذارد. من نمی‌خواستم بچه‌هایم سختی بکشند. پس ناچار دنبال او می‌رفتم تا آنکه... تا آنکه بالاخره نوبت پاکسازی خاک سفید رسید و دقیقاً شبی که خواهر من پس از سالها از شمال آمده بود و همه ما در خانه پدرم دور هم جمع بودیم، ریختند و همه ما را گرفتند و بردند و از آن روز بدبختی ما شروع

با تشکر از همکاری قوه قضاییه، مدیریت محترم ندامتگاه اوین، ریاست محترم ندامتگاه ورامین، روابط عمومی سازمان زندانها، روابط عمومی دادگستری کل استان تهران و تمامی عزیزانی که در تهیه این گزارش ما را یاری دادند.

تنظیم و نگارش: سیده فریبا زواره‌ای
شماره تماس: ۲۹۹۹۳۳۴۷
E-Mail : f_Zavarei @Yahoo. Com

شد. حدود شش ماه در آگاهی بودیم تا بالاخره محاکمه شدیم. اکثر خانواده‌ام از جمله من و شوهرم، حکم اعدام گرفتیم. من سه سال تمام در زندان اوین زیر حکم بودم، ولی شوهرم که به خاطر سوابق متعددش به اعدام محکوم شده‌بود حکمش اجرا شد.

به این ترتیب با اعدام او، من از جهنمی که در آن دست و پا می‌زدم خلاص شدم. مدتی بعد از اعدام شوهرم، من عفو گرفتم و از زندان آزاد شدم. اما بعد از سه سال تحمل حبس، دیگر هیچ کسی را نداشتم. پدر و مادرم هر دو سکته کرده و از دنیا رفته بودند، شوهرم هم که اعدام شده بود و فقط من مانده بودم و چهار بچه قد و نیم‌قد! حتی جایی را نداشتیم که برویم. خانه و زندگی‌مان را که خراب کرده بودند و آواره خیابانها شده بودیم. چند شب اول بعد از آزادی‌ام را در پارکها خوابیدیم، اما دیدم اینطور نمی‌شود. بچه‌هایم دارند از گرسنگی می‌میرند، به چند جا سر زدم، از همه کمک خواستم، اما دست رد به سینه‌ام زدند و گفتند چون سابقه مواد دارم نمی‌توانند کمکم کنند. گفتم: «به خاطر بچه‌هایم، فقط خرج خورد و خوراکشان را بدهند!» باز هم قبول نکردند، وقتی دستم از همه جا کوتاه شد و کسی کمکم نکرد مجبور شدم به راه آخر فکر کنم...

راستش می‌خواستم سراغ مواد بروم. اما همیشه از مواد هم می‌ترسیدم هم بدم می‌آمد! پس رفتم سراغ جیب‌زنی و سرقت. مدتی در بازار جیب‌زنی کردم. اما چون ناوارد بودم، گیر افتادم، بعد از آزادی، باز هم به کارم ادامه دادم اما وقتی برای دوم بار به جرم جیب‌زنی دستگیر شدم، قاضی هشدار داد که اگر بار دیگر این جرم را مرتکب شوم، دست راستم را قطع می‌کنند! شنیدن این حرف کافی بود تا من دست از سرقت بردارم و به فکر راه‌حل دیگری باشم. اما شما خودتان قضاوت کنید آیا برای من راهی باقی مانده بود؟ هیچکس حاضر نبود به من کمک کند، بیرون هم یا ضامن می‌خواستند یا عدم سوءسابقه که من هیچ‌کدام را نداشتم. وضع زندگی‌مان خیلی بد شده بود. به سختی توانسته بودم یک اتاق کوچک در خانه‌ای که دوازده خانواده دیگر در آن زندگی می‌کردند، اجاره کنم، تا سرپناهی برای بچه‌ها باشد! اما با شکم‌های خالی آنها چه باید می‌کردم؟ چاره‌ای برایم نماند تا اینکه مجبور شدم دوباره به سراغ یکی از همان آشناهای قدیمی بروم، یکی از همان کسانی که مواد خرید و فروش می‌کردند! با هزار خواهش و التماس و گریه، مقداری مواد از او گرفتم و اینطرف و آنطرف توانستم بفروشم و پول کمی بدست بیاورم تا شکم بچه‌ها را سیر کنم و به این ترتیب همین کار را ادامه دادم. البته به خاطر آن هرازچندگاهی گیر می‌افتادم اما چون مواد همراهم همیشه کم بود، مدتی حبس می‌کشیدم و آزاد می‌شدم. البته چندین مرتبه هم در شهرستانهای مختلف گیر افتادم. یعنی اگر حافظه‌ام یاری کند من علاوه بر آن حبس زاهدان، و اوین، دو سال در اصفهان حبس کشیدم. شیراز زندان رفتم. مشهد هم حبس کشیدم. و مجموعاً شاید هفت یا هشت مرتبه زندان را تجربه کردم. اما چاره‌ای نداشتم. می‌ترسیدم بچه‌هایم از نداری به اعتیاد روی بیاورند. حتی فکر اینکه یک روز پسرم لب به سیگار بزند، دیوانه‌ام می‌کرد! اما من باید کار می‌کردم تا شکم آنها گرسنه نماند، البته تاوان سنگینی برای سیر شدن شکممان می‌دادم. برای امتحان موادی که خرید و فروش می‌کردم دوباره معتاد شدم و برای آنکه بچه‌ها متوجه نشوند، پیش آنها فقط سیگار می‌کشیدم. اگرچه مطمئن هستم آنها می‌دانستند من اعتیاد دارم، اما به روی خودشان نمی‌آوردند تا من خجالت نکشم. دیگر بزرگ شده بودند. دخترم را که شوهر دادم خیالم کمی راحت شد. دامادم در یک گاراژ کار می‌کرد. بچه سالمی بود و دخترم هم از زندگی‌اش راضی بود. خانه دخترم با محل ما خیلی فاصله داشت اما محل کار شوهرش در همان نزدیکی بود و من هر وقت با او کار داشتم به گاراژ می‌رفتم، یک روز که برای کاری به آنجا رفته بودم برحسب اتفاق پسرعموی شوهرم را دیدم. او با دیدن من پیش آمد و شروع به صحبت کرد و بعد هم حرفهای نامربوطی را مطرح کرد. من که از دست او به شدت عصبی شده بودم، ناخودآگاه با او درگیر شدم و او هم نامردی نکرد و رفت از من شکایت کرد. البته چون مورد خاصی پیش نیامده بود، نتوانست کاری از پیش ببرد ولی من به خاطر اعتیادم گیر کردم و هشت صد هزار تومان جریمه شدم که چون نداشتم بپردازم، آمدم زندان. در مدتی که دوران حبس بدل از جریمه‌ام را می‌کشیدم، یک روز با یکی از کارکنان زندان درگیر شدم و متاسفانه کار به درگیری فیزیکی کشید که باعث شکستگی دست آن بنده خدا شد. او هم رفت شکایت کرد و من با قرار چهار میلیونی دوباره محکوم شدم!

حالا هم هر کاری می‌کنم ایشان رضایت نمی‌دهند. حتی حاضر شدم قصاص شوم اما باز هم قبول نمی‌کنند! حالا یا باید چهار میلیون را بدهم - که ندارم - یا باید رضایت شاکی بگیرم - که نمی‌دهند. - و من مانده‌ام بلاتکلیف! از طرف دیگر نزدیک زایمان دخترم است و من هنوز برایش کاری نکرده‌ام. بچه‌های دیگر هم بی‌سرپرست مانده‌اند و من بدبخت باید اینجا بمانم! شما بگویید چه کنم؟!

■

◆ **به سختی توانسته بودم یک اتاق کوچک در خانه‌ای که دوازده خانواده دیگر در آن زندگی می‌کردند، اجاره کنم**

O در پرانتز:

(زندگی تلخ این زن، بار دیگر تکرار قصه پردرد زنانی است که ناخواسته قربانی پدرانی مستبد و خودرأی می‌شوند. پدرانی که تصور می‌کنند به حکم پدر بودن می‌توانند فرزندان خود را خرید و فروش کنند. و در این میان زنان و دختران مظلومترین افراد این تراژدی غمبار هستند. چه اگر پدر او و امثال او، ذره‌ای از خودخواهی‌های خود کم می‌کردند، آیا ممکن بود که دختر دوازده ساله خود را به عقد مردی درآورند که بیست و دو سال از فرزندشان بزرگتر باشد؟!

در مرحله دوم زندگی؛ باز هم این زن قربانی خودخواهی‌های مردش قرار می‌گیرد. مردی که در درجه اول او را ناچار به حمل مواد مخدر می‌کند و در مرحله بعد برای مبارزه با مخالفتهای همسرش، ناجوانمردانه او را معتاد می‌کند تا همچنان تسلط مردانه‌اش را داشته باشد!

اما حتی پس از مرگ همسر، باز هم این زن بار دیگر قربانی جامعه‌ای می‌شود که فرصت خوب زیستن را از او گرفت. چرا باید مراکز خیریه ما، که وظیفه‌شان کمک‌رسانی به انسانهای محروم و نیازمند است، او را طرد کنند؟! آیا جز این است که اگر به او فرصتی داده می‌شد شاید می‌توانست خودش را از لجنزاری که دیگران برایش ساخته بودند، بیرون بکشد؟! او برای آلوده نشدن فرزندانش، به هرکاری تن داد درحالی که اگر دستش را می‌گرفتند شاید می‌توانست در کنار فرزندانش روزهای بهتری را تجربه کند. کاش مسوولان ما، به جای تنبیه کردن، گاهی هم دستگیر باشند و بدانند نجات یک نفر، نجات یک فرد نیست که نجات جامعه است.)

یک توضیح:

متاسفانه در شماره قبل نام زندان به اشتباه قصر نوشته شده بود و ضمن پوزش تصحیح می‌گردد که گزارش از زندان مرکزی ورامین تهیه شده بود.

حجب و حیا جان را برای پذیرفتن حقیقت آماده می کند. ●گیزو

پاورقی
جدید
خارجی

زنی در سرزمین اهرام

قسمت سی‌و ششم

نوشته: رابین کوک ترجمه: سیروس گنجوی

در قسمت قبل خواندید:

اریکا که یک دختر مصرشناس آمریکایی است، پس از ورود به مصر و به‌طور ناخواسته در جریان قتل یک پیرمرد عتیقه‌فروش که از مجسمه «ستی اول» در مغازه‌اش نگهداری می‌کرد، قرار می‌گیرد. اریکا پس از آشنایی با یک جوان اروپایی به نام ایون، تصمیم می‌گیرد به اتفاق او و بدون دخالت پلیس، قاتلین پیرمرد را که مجسمه ستی اول را نیز به سرقت برده‌اند، پیدا کند. اما به زودی مشخص می‌شود که افراد دیگری از جمله یک دلال یونانی عتیقه (استفانوس) نیز به دنبال مجسمه هستند.

اریکا در ادامه تحقیقات خود متوجه می‌شود که فرزند پیرمرد عتیقه‌فروش نیز همچون پدرش به دست قاچاقچیان آثار باستانی به قتل رسیده است. اما به زودی به نامه‌ای که پیرمرد آنرا قبل از مرگش نوشته بود، دسترسی پیدا کرده و سرنخ‌های بسیار مهمی در ارتباط با قاچاق عتیقه به دست می‌آورد و برای پیگیری اطلاعات خود به بازدید یکی از هرمهای بزرگ مصر به نام «خرفو» می‌رود. اما در آنجا از طرف اشخاص ناشناس پیامی دریافت می‌کند مبنی بر اینکه مجسمه ستی اول پیدا شده است...

اریکا برای دیدن مجسمه ستی اول به روستای دورافتاده‌ای که «غرنه» نام دارد، می‌رود و در آنجا توسط همان کسانی که پیرمرد را به قتل رسانده بودند، در یک سیاه‌چال زندانی که پر از اجساد مومیایی بود زندانی می‌شود. او پس از ساعتها تلاش، به‌گونه‌ای معجزه‌آسا از مرگ حتمی نجات پیدا کرده و از آن دخمه فرار می‌کند و...

اینک ادامه ماجرا...

«اریکا» سخت تعجب کرد. چگونه امکان داشت چنین کلماتی از دهان «آیدا» که آنقدر خونگرم و مهربان بود خارج شود؟! درحالی که دهانش را به در نزدیک کرده بود گفت:

- خانم «رامان» خواهش می‌کنم. اگر ممکن است یک لیوان آب به من بدهید.

«آیدا رامان» در را باز کرد و «اریکا» خود را به داخل انداخت. آن زن سالخورده، همان لباسی را پوشیده بود که در روز اول دیدارشان به تن داشت.

«اریکا» گفت:

- متشکرم. متاسفم که شما را ناراحت کردم، اما خیلی تشنه هستم.

«آیدا» نسبت به دو روز پیش که «اریکا» او را دیده بود، پیرتر به نظر می‌رسید. گفت:

- بسیار خوب، اما همین جا جلوی در اتاق بایست تا من برایت یک نوشیدنی بیاورم. اما نمی‌توانی به داخل بیایی!

هنگامی که پیرزن برای آوردن آب رفت، «اریکا» نگاهی به اطراف اتاق انداخت. منظره آشنای اتاق، آرام‌بخش بود. بیل دسته بلند سر جایش روی دیوار دیده می‌شد. عکسهای قاب شده با نظافت و دقت هرچه تمامتر به دیوار آویخته بود. بیشتر عکس‌ها، «هاورد کارتر» باستان‌شناس انگلیسی را در کنار یک عرب عمامه به سر نشان می‌داد که «اریکا» حدس می‌زد شوهر «آیدا» یعنی «ثروت رامان» باشد. در میان این عکسها، آینه‌ای به دیوار نصب شده بود که چهره «اریکا» در آن منعکس شده بود. «اریکا» از دیدن چهره خود سخت یکه خورد. هیچ‌گاه قیافه خود را این‌چنین وحشتناک ندیده بود!

«آیدا رامان» برایش از همان شربتی آورد که روز اول به او داده بود. «اریکا» هر چند خیلی تشنه بود، اما به آرامی شروع به نوشیدن کرد، زیرا گلویش درد می‌کرد. «آیدا» گفت:

- وقتی به خانواده‌ام گفتم که تو مرا اغفال کردی و توانستی پاپیروس را ببینی، خیلی عصبانی شدند.

«اریکا» درحالی که نوشیدنی حالش را جا آورده بود با تعجب پرسید:

- خانواده؟ فکر می‌کنم آن روز به من گفتی که تو آخرین فرد از خانواده «رامان» هستی!

- همین‌طور است. دو پسر من در جنگ کشته شدند. اما من دو دختر نیز دارم که صاحب خانه و زندگی هستند. من راجع به ملاقات با شما با یکی از نوه‌هایم صحبت کردم. او خیلی عصبانی شد و پاپیروس را از من گرفت!

«اریکا» پرسید:

- آن را چه کار کرد؟

- نمی‌دانم. او گفت که باید خیلی از آن مراقبت کرد. باید آن را در جای امنی قرار داد. ضمناً گفت که پاپیروس یک نفرین است و حالا که شما آن را دیده‌اید باید بمیرید!

«اریکا» می‌دانست که «آیدا رامان» زن احمقی نبود. پرسید:

- آیا این حرف را باور می‌کنی؟

- این حرفی نیست که شوهرم می‌زد.

«اریکا» گفت: خانم «رامان» من همه مطالب آن پاپیروس را ترجمه کردم. شوهرت راست می‌گفت. چیزی راجع به نفرین فراعنه در آن نوشته نشده است. این پاپیروس را یکی از معماران مصر باستان، برای فرعون «ستی» اول نوشته است.

سگی در روستا، با صدای بلند شروع به پارس کردن نمود. صدای مردی شنیده شد که سرش داد کشید. «آیدا رامان» گفت:

- زود باشید اینجا را ترک کنید. قبل از آنکه نوه‌ام سروکله‌اش پیدا شود باید از اینجا بروید. خواهش می‌کنم عجله کنید!

«اریکا» پرسید: اسم نوه‌ات چیست؟

- عدنان حمد.

«اریکا» از شنیدن این نام به اندازه‌ای هول کرد که انگار سیلی محکمی به گونه‌اش نواخته شد. زانوانش شروع به لرزیدن کرد!

«آیدا» پرسید:

- آیا او را می‌شناسی؟

- فکر می‌کنم همین امشب او را ملاقات کردم. آیا او اینجا، در «غرنه» زندگی می‌کند؟

- نه، او در «لاکسور» زندگی می‌کند.

«اریکا» با لحنی عصبی پرسید:

- آیا او را امشب دیدی؟

- امشب نه، ولی امروز او را دیدم. خواهش می‌کنم هرچه زودتر از اینجا برو!

«اریکا» آماده رفتن شد. او عصبی‌تر از «آیدا» بود. اما در آستانه در توقف کرد. ناگهان به یاد نامه مخفی «عبدل حمدی» افتاد که لای نقشه‌ای در کتاب راهنما پنهان کرده بود. «عبدل حمدی» در این نامه نوشته بود که یک مامور دولت نیز در این ماجراها دست دارد. پرسید:

- «عدنان حمد» چه کار می‌کند؟

- او رئیس نگهبانان گورستان باستانی است. در ضمن، در چرخاندن یک دکه فروش مواد غذایی و نوشیدنی در «دره سلاطین» به پدرش کمک می‌کند.

«اریکا» سری تکان داد. موضوع تازه‌ای دستگیرش شده بود. رئیس نگهبانان گورستان باستانی، امکان داشت در زیر پوشش این شغل، طراحی عملیات بازار سیاه را برعهده داشته باشد. به یاد دکه «رامان» افتاد و پرسید:

- آیا این همان دکه‌ای است که شوهرت «ثروت رامان» آن را ساخت؟

- بله، خانم «بارون». خواهش می‌کنم هرچه زودتر از اینجا بروید.

به یک چشم برهم زدن، همه چیز برای «اریکا» روشن شد. همه راهها به دکه واقع در دره سلاطین ختم می‌شد! با هیجان زیادی گفت:

- «آیدا» خوب گوش کن. همانطور که شوهر مرحومت گفت، هیچ نفرینی در کار نیست و حاضرم این موضوع را ثابت کنم. مشروط بر اینکه تو به من کمک کنی. تنها چیزی که از تو می‌خواهم آن است که درباره این ملاقات به هیچ کس، حتی خانواده‌ات حرفی نزنی. به آنها نگو که من برای دیدن تو به اینجا بازگشتم. آنها از تو سوالی نمی‌کنند. تو هم این موضوع را برملا نکن. خواهش می‌کنم.

«اریکا» بازوی «آیدا» را فشرد تا بر جدی بودن این موضوع تاکید کند.

- آیا می‌توانی ثابت کنی که حق با شوهرم بوده است؟

«اریکا» پاسخ داد: صددرصد.

«آیدا» سری تکان داد و گفت: باشه، به کسی در این باره حرفی نمی‌زنم.

«اریکا» با عجله گفت:

- یک چیز دیگر، من به یک چراغ قوه احتیاج دارم.

- تنها چیزی که من دارم یک چراغ بادی است.

«اریکا» گفت: اشکالی ندارد. چند جعبه کبریت هم به من بده.

هنگامی که «اریکا» عازم رفتن شد، «آیدا» را در آغوش گرفت، اما پیرزن، هیچ واکنشی از خود نشان نداد. سپس بدن خود را عقب کشید. «اریکا» چراغ بادی و چند جعبه کبریت را برداشت و از خانه خارج شد. همین که صدای بسته شدن در را پشت سر خود شنید، چند لحظه در سایه ایستاد و به اطراف چشم دوخت. هیچ کس در آنجا دیده نمی‌شد و آن روستای کوچک، در خواب بود. قرص ماه، اکنون در آسمان غربی می‌درخشید. چراغهای شهر «لاکسور» هنوز روشن بود و از دور چشمک می‌زد!

همان جاده‌ای را که دو روز قبل پیموده بود، درپیش گرفت و از دامنه سنگی کوه، بالا رفت. در مهتاب، بالا رفتن از سربالایی، آسان‌تر از گرمای نیمروز بود.

«اریکا» قبلاً تصمیم داشت بقیه این ماجرای اسرارآمیز را به عهده «ایون» و پلیس مصر بگذارد، اما گفتگو با «آیدا» او را از این تصمیم بازداشت و دیگربار، روحیه ماجراجویی در او زنده شد! خیالش از بابت «عدنان حمد» راحت بود. این مرد سنگدل، هرگز تصور نمی‌کرد که او از آن سیاه‌چال وحشتناک

جان سالم به‌در برده باشد! حتی اگر می‌خواست مقبره «آهموس» را برای اطمینان از مرگ او مورد بررسی قرار دهد، چند روز طول می‌کشید تا بتوانند دروازه بالارو را بالا ببرند! بنابراین، احساس امنیت می‌کرد. به اندازه کافی فرصت داشت و قبل از هر چیز می‌خواست از «دره سلاطین» و دکه «رامان» دیدن کند. اگر آنچه را که حدس زده بود، درست از آب درمی‌آمد، موفق به کشف بزرگی می‌شد که مقبره «توتان خامن» در برابرش، اهمیت خود را از دست می‌داد و آن همه عظمت و شکوه و شهرت، یکباره رنگ می‌باخت!

همین که به بالای تپه رسید، ایستاد تا نفسی تازه کند. باد صحرا، به آرامی در میان قله‌های عریان، زوزه می‌کشید. از آن بالا می‌توانست دره بی‌آب و علف سلاطین، و هدف اصلی خود یعنی دکه فروش غذا و نوشیدنی را در روشنایی مهتاب ببیند. از تماشای این منظره، قوت قلبی پیدا کرد و به آرامی از تپه سرازیر شد. نمی‌خواست سنگریزه‌ها را با خود به پایین دره بغلتاند و توجه کسی را که احتمالاً در پایین دره بود جلب کند. سرانجام به جاده‌ای رسید که به سوی محل اقامت کارکنان گورستان باستانی می‌رفت. اکنون می‌توانست بسیار راحت‌تر گام بردارد. پیش از آنکه وارد گذرگاهی شود که دو طرفش سنگ‌چین شده بود و از میان مقبره‌ها می‌گذشت، اندکی صبر کرد و گوش سپرد. تنها صدایی که شنیده می‌شد زوزه باد بود و هرازچندگاه صدای جیغ خفاشی که پروازکنان از آنجا می‌گذشت.

پاورچین، خود را به مرکز دره رساند و از پله‌های جلویی جایگاه فروش نوشیدنی و مواد غذایی بالا رفت. همانطور که انتظار داشت، دکه تعطیل و درش بسته بود. به ایوان جلوی دکه بازگشت و از آنجا نگاه خود را به مثلثی که رئوس آن را مقبره «توتان‌خامن»، مقبره «ستی» اول و این دکه فروش غذا تشکیل می‌داد دوخت. سپس با دور زدن این ساختمان سنگی، خود را به قسمت ورودی توالت‌ها رساند. این توالت‌ها در زیر دکه ساخته شده بودند و برای رسیدن به آنها می‌بایستی از پلکانی پایین می‌رفت. بوی شدید ادرار، مشام او را آزار می‌داد، اما تصمیم گرفت این بوی نامطبوع را تحمل کند و از پلکان پایین برود. ابتدا وارد توالت زنانه شد. فانوسی را که «آیدا رامان» به او داده بود روشن کرد. نگاهی به سراسر آنجا انداخت، اما هیچ چیز عجیبی در آنجا دیده نمی‌شد. خود را به توالت مردانه رساند. در آنجا، بوی ادرار شدیدتر بود و این بوی نامطبوع، بیشتر مربوط به آبریزگاه سرپایی مردان می‌شد که با آجر، در دیوار جلویی توالت ساخته شده بود. در قسمت بالای این آبریزگاه، فضای خالی کوچکی به بلندی ۶۰ سانتیمتر وجود داشت که به طرف زیر ایوان پیش می‌رفت. «اریکا» به سوی آبریزگاه رفت. ارتفاع آن، تا شانه‌اش می‌رسید. روشنایی فانوس را به دهانه فضای خالی بالای آن نزدیک کرد و کوشید به داخل آن بنگرد. اما روشنایی فانوس بیش از یکی دو متر را روشن نمی‌کرد. در همان شعاع، توانست یک قوطی خالی ساردین و چند بطری خالی ببیند که روی کف کثیف آن ولو شده بود.

«اریکا» به کمک بشکه زباله توانست بالا برود و خود را به آن قسمت برساند. مثل خرچنگی، چهار دست و پا در آن فضای خالی شروع به خزیدن کرد تا آنکه به دیوار سنگی مقابل رسید. بوی تند توالت، در آن فضای بسته و تنگ، به‌راستی خفه‌کننده و غیرقابل تحمل بود، اما «اریکا» دلش نیامد کار را نیمه تمام رها کرده و بازگردد. بدن خود را قدری جلوتر کشاند و با دست، سراسر دیوار سنگی را آزمایش کرد. هیچ چیز غیرعادی وجود نداشت!

درحالی که سرش را به مچ دستانش تکیه داده بود پذیرفت که اشتباه کرده و حدس و گمان او درست نبوده است! آه بلندی کشید و کوشید برگردد. اما کار به آن آسانی که فکر می‌کرد نبود. بنابراین، به زحمت خود را عقب عقب به طرف توالت کشاند. فانوس را به یک دست گرفت و کوشید با دست دیگر، خود را عقب بکشد. اما زمین زیر او سست بود و فرو می‌رفت. کوشید پای خود را به جای محکم‌تری بند کند و در همان حال که سعی می‌کرد خود را به طرف عقب بکشد، ناگهان شئی صافی را در زیر خاک احساس کرد. با پیچ و تاب دادن بدنش، به پایین نگریست و در همان موقع، دست راستش با یک سطح فلزی برخورد کرد. خاک آنجا را با دستش کند، یک ورقه فلزی پیدا شد. چراغ را کنار گذاشت و با هر دو دست، شروع به کندن و تمیز کردن خاک نرم اطراف آن نمود. با بررسی جوانب، توانست ببیند که آن قطعه آهنی، به منزله سرپوشی روی سنگ کار گذاشته شده بود! پیش از آنکه لبه فلز را گرفته و آن را بیرون بکشد، باز هم مجبور شد که اطراف آن را بیشتر تمیز کند. در زیر این ورقه فلزی، شکاف عمیقی در سنگ وجود داشت!

نور چراغ را به طرف این سوراخ گرفت. شکافی بود که در حدود ۱۲۰ سانتیمتر عمق داشت و درحقیقت، دهانه یک نقب بود که به طرف قسمت جلوی زیر ساختمان می‌رفت.

پس او درست حدس زده بود!

به آرامی سرش را بلند کرد و به تاریکی دهانه نقب چشم دوخت. یک احساس خشنودی آمیخته به هیجان، سراسر وجودش را فرا گرفت. درست همان احساسی را داشت که «هوارد کارتر» پس از کشف مقبره «توتان خامن» در نوامبر ۱۹۲۲ میلادی پیدا کرده بود!

به سرعت، کیف بندی خود را برداشت و درحالی که فانوس را به دهانه نقب نزدیک می‌کرد کوشید پای خود را به درون سوراخ فرو برد. این سوراخ به‌طور مایل به طرف پایین می‌رفت و سپس ناگهان وسیع می‌شد. نفس عمیقی کشید و شروع به پایین رفتن کرد. ابتدا مجبور شد چهار دست و پا درون نقب بخزد و پیش برود، اما به زودی توانست روی پای خود بایستد و درحالی که بدن خود را خم کرده بود به پیشروی ادامه دهد. در همان حال که جلو می‌رفت، می‌کوشید طول آن را تخمین بزند. این نقب از زیر زمین، مستقیماً به طرف مقبره «توتان خامن» می‌رفت.

◇ ◇ ◇

«ناصف بولوس» یکی از چند محافظ مقبره باستانی، از منطقه تاریک پارکینگ دره سلاطین گذشت و به گشت شبانه خود ادامه داد. او ۱۷ سال داشت و از همگی نگهبانان شب که تعدادشان به سه نفر می‌رسید جوانتر بود. در همان حال که گشت می‌داد، بند تفنگ کهنه خود را که به شانه انداخته بود بالا کشید. این سلاح قدیمی، در جریان جنگ جهانی اول، در مصر جا مانده بود و حالا «ناصف» با آن احساس قدرت می‌کرد! این نگهبان جوان، عصبانی و دلخور بود، زیرا نوبت کشیک او نبود که تا آخر دره برود و دوباره به ساختمان پاسگاه بازگردد. در آن لحظات، او می‌بایستی داخل پاسگاه به استراحت می‌پرداخت و با خوردن یک نوشیدنی خنک، گلویی تازه می‌کرد. اما همکارانش باز هم از جوانی او سوءاستفاده کرده و این کار اضافی را به گردنش انداخته بودند!

شب مهتابی، به زودی خشم او را از بین برد و جای آن را نوعی بی‌قراری و هیجان فرا گرفت که ملالت و خستگی ناشی از پاسداری را از تن او خارج ساخت! اما دره، ساکت و آرام بود و با قفل بودن دروازه آهنی تمامی مقبره‌ها، دیگر خطری امنیت آنجا را تهدید نمی‌کرد. حال آنکه روح ماجراجوی «ناصف» جوان، شیفته حوادث بود! عاشق آن بود که تفنگ خود را علیه یک سارق متجاوز به کار برد. از این‌رو، در عالم خیال، گروهی از راهزنان را مجسم می‌کرد که همگی را دستگیر کرده و تحویل نگهبانی داده است!

او مقابل در ورودی مقبره «توتان خامن» ایستاد و نگاهی به دکه فروش مواد غذایی انداخت. آرزو می‌کرد که این مقبره به جای نیم قرن پیش، تازه کشف می‌شد. «کارتر» باستان‌شناس به او دستور می‌داد که شخصاً از آن مقبره محافظت کند. او هم پشت خاکریزی پنهان می‌شد و در آن صورت، هیچ جنبنده‌ای قادر نبود بی‌آنکه در معرض آتش سلاح او قرار گیرد خود را به مقبره برساند!

او با این خیالات، خود را سرگرم کرده بود، اما وقتی به دکه نگریست، متوجه شد که در توالت‌ها باز مانده است. قبلاً سابقه نداشت در توالت را نبندند. تصمیم گرفت در مراجعت، در توالت‌ها را ببندد. دوباره به راه افتاد و در عالم خیال، خود را قهرمانی مجسم می‌کرد که همراه با گروهی از راهزنان دستگیر شده به سوی قاهره می‌رود!

◇ ◇ ◇

«اریکا» حدس می‌زد که به مقبره «توتان خامن» نزدیک شده است. پیشروی او کند صورت می‌گرفت، زیرا کف نقب، ناصاف بود. در برابر او یک پیچ تند وجود داشت که به طرف چپ می‌پیچید. تا به آن پیچ نمی‌رسید نمی‌توانست مقابل خود را ببیند. کف زمین، سراشیب بود. با تکیه دادن دستانش به طرفین تونل که از سنگ تراشیده شده بود، به‌تدریج به طرف پایین سرازیر شد تا آنکه پایش روی سطح صافی قرار گرفت. او وارد یک اتاق زیرزمینی شده بود!

حالا حدس می‌زد که این اتاق، درست زیر پیش تالار مقبره «توتان خامن» قرار داشته‌باشد. چراغ فانوس را بالای سر برد و روشنایی آن بر دیوارهای صاف، اما بدون تزیین اتاق تابید. این اتاق در حدود ۷/۵ متر درازا و ۶ متر پهنا داشت و سقف آن از بلوک‌های عظیم سنگ آهک ساخته شده بود. همین که چشم «اریکا» به کف اتاق افتاد، توده درهم برهمی توجه او را به خود جلب کرد. تعدادی اسکلت بودند. فانوس را نزدیک‌تر برد و توانست ببیند که جمجمه هرکدام از آنها بر اثر ضربت یک وسیله سنگین، شکافته شده بود! زیرلب گفت:

- خدای من!

او می‌دانست که این اسکلت‌ها متعلق به چه کسانی است. اینها بقایای کشتار جمعی کارگران باستانی بود که همین اتاق را - که او در آن ایستاده بود - در دل کوه احداث کرده بودند. این افراد نگونبخت را به قتل رسانده بودند تا اسرار آن اتاق به جایی درز نکند!

ادامه دارد

حقیقت را با بیطرفی مطلق و با روحی آزاد از هر گونه تعصب جستجو کنید.

دکارت

زیر نظر: ف. گویش
Email:f _ gooyesh @ yahoo.com
شماره تماس: ۲۹۹۹۳۳۴۷

داستان شیرین یک ضرب‌المثل

این هفته:
خیال می‌کند نوه اوتورخان رشتی است!

این ضرب‌المثل در مورد افرادی که بسیار مغرور و ازخودراضی هستند، به کار می‌رود. اما ببینیم این اتورخان یا هوتول خان که بوده و چرا ضرب‌المثل شده است؟

در مورد اتورخان آمده است، منطقه گیلانات تحت حکومت پرطمطراق شخصی به نام هدایت‌الله خان رشتی بوده و همه مردم او را به همین نام می‌شناختند تا اینکه خان خیوه از مملکت خود فرار کرده و به منطقه گیلانات پناه می‌آورد. هدایت‌الله خان نهایت احترام و حرمت را در مورد او رعایت می‌کند تا آنجا که حتی در مجلس خاص و عام نیز او را همراه خود می‌برد و کنار خود می‌نشاند. از آنجا که این مجالس محل رفت و آمد بزرگان به دارالحکومه، بود و هدایت‌الله خان به احترام آنها از جا برمی‌خاست، دیگران هم بالطبع بلند می‌شدند و طبعاً حاکم خیوه هم تبعیت کرده و برمی‌خاست. میرزا هدایت‌الله خان، برای آنکه خان را بزرگ کرده و ضمناً باعث زحمتش نشود، به گویش ترکی - که زبان خان خیوه بوده - مرتب کلمه «اوتور» به معنای «بفرمایید - بنشینید» را تعارف می‌کرد و به این ترتیب خود او از همان زمان از هدایت‌الله خان به اوتورخان، معروف گردید که البته این نام همراه با بزرگی و غرور و نخوت یاد می‌شود.

از واژه‌نامه‌های علی‌آباد کتول

مایگو: گاو ماده / جانکلا: گاو نر / کیشو: گوساله ماده / پرزو: دستگیره / قیفه: حوله حمام / جروف: جوراب / کفسن: کفگیر / شو: شب / غاشان: غروب / قلیف: قابلمه / لته: باغچه بزرگ / ولگ: برگ / دینشو: دیشب.

فرستنده: آتیه ابراهیمی کتولی
از: علی‌آباد کتول (مازندران)

از ضرب‌المثل‌های لری

◆اَر خاسم خُل کنم من سرم، ایرم پی یه تل بلندی.
برگردان: اگر خواستم خاک بر سرم بریزم، می‌روم پای یک تپه بلند پر از خاک.
(کنایه از اینکه اگر خواستم کاری کنم، کاری می‌کنم کارستان!)

◆مثه فاتیلِ ماسیه.
برگردان: [فلَانی] مثل یک پاتیل (قابلمه بزرگ) ماست است.
(کنایه از آدمهای بی‌اراده و تنبل)

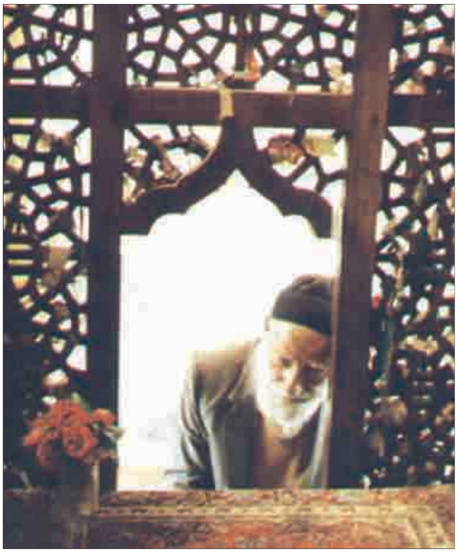
◆یه مل و خرس بچینی هم یه ملِه.
برگردان: یک تار مو از خرس بکَنی هم یک تار است.
(مترادف: یک مو هم از خرس بکنی، غنیمت است.)

فرستنده: سکینه قدمی دولت‌آباد
از: یاسوج (سنندج)

نام برخی از محلات قدیمی شوشتر

محله دل دل، محله اشکفتی، محله کیزنبارون، محله سرگت، محله دوخارون، محله دکانشس، محله عبدالله بانو.

فرستند: عبدالامیر اسدالله‌زاده
از: شوشتر (خوزستان)



نغمه های گنابادی

گل شیرین جونم، دردت به جونم یار دنیا همینه
یـواشتـر راه بـرو، داغت نبینم یار، دنیا همینه
◇◇◇
غـریبی‌هــا مـرا دلگیر داره
فلک در گـردنُم زنجیر داره
فلک از گـردنم زنجیر وردار
که غربت خاک دامنگیر داره

فرستنده: مجید کاظمی نوقابی
از: نوقاب گناباد

واژه‌نامه بلوچی

هارگ: خرمای رسیده / انباگ: شنبلیله / بالیگ: هواپیما / پسیل: دیوار / دریگ: طاقچه / باجگیر: خانه سنگی و خشتی / الگدار: زردچوبه / پاگاس: نهنگ / روچ: آفتاب.

فرستنده: رستم کریمی‌نژاد
از: نیکشهر (سیستان و بلوچستان)

از باورهای عامیانه مردم آستانه اشرفیه

مردم آستانه اشرفیه معتقدند:
◀اگر بینی کسی بخارد، حتماً پشت سر او بدگویی می‌کنند.
◀اگر پلکهای کسی بپرد، حتماً خبر مهمی می‌شنود.
◀اگر بالای لب خانمی بخارد، حتماً برایش میهمان از راه می‌رسد.
◀اگر به کسی پول قرض بدهند، برکت پولشان از بین می‌رود.
◀اگر کفش‌های کسی روی هم قرار بگیرد، به زیارت می‌رود.

فرستنده: مصطفی مقام‌آسا
از: تهران

واژه‌نامه هزاره‌ای

چپاتی: نان لواش / چمکلی: گردنبند / خیکینه: تخم مرغ / رشقه: یونجه / زاچه: زن زائو / شوروا: آبگوشت / غودی: سینی / غیزنه: آدم خسیس / قاده: صخره / قباغ: پلک چشم / قیتله: کارد، چاقو / قیفت: جیب / قیو: آواز بلند.

فرستنده: ابوالفضل صمدی رضایی
از: شهرک سیس‌آباد روستای حاجی‌آباد
مشهد مقدس
(خراسان رضوی)

پااسخ به نامه‌ها:

آقای محمدرضا شاهد از سورک ساری

برادر گرامی! ضمن تشکر از شما به خاطر دو نامه زیبا و خوش خط و تمیز و مرتب شما باید عرض کنم که نیازی نیست شما نامه‌های یک بخش را در پاکتهای جداگانه قرار دهید، چه اینکار مستلزم صرف هزینه اضافی است. همان که نامه‌های هر بخش را به صورت جداگانه می‌فرستید، کافی است.

منتظر مطالب دیگری از شما هستم.

پیروز باشید.

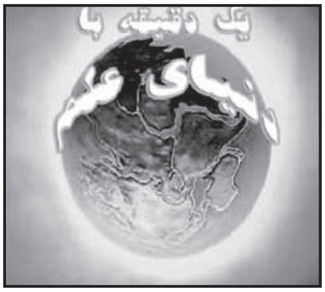
آقای حسین فیاضی از نوقاب (یا نوغاب) گناباد

برادر عزیز، از شما هم بابت سه نامه خیلی خوش خط و تمیز و مرتبی که فرستادید، سپاسگزارم. نیازی نبود شما هم برگه‌های مختلف نامه خود را در پاکتهای مختلف قرار دهید و برای هر مطلب پاکت و تمبر جداگانه مصرف کنید.

ضمن آنکه من متوجه نشدم بالاخره نام شهر شما نوقاب است یا نوغاب؟ چرا که شما نوغاب نوشته‌اید و درعین حال مهر اداره پست نوقاب است! بهرحال اینهم برای من معمایی شده است!

اما از این مورد که بگذریم شما در ضرب‌المثلهای ارسالی، فراموش کردید برگردان «به دلم به نیم جو» را برایم بنویسید و خودم هم متوجه نشدم. یادتان باشد در نامه بعدی خود، حتماً این مورد را دوباره بنویسید. بی‌صبرانه منتظر دیگر نامه‌هایتان هستم.

سعادتمند باشید



از: بهاره مهرنژاد

عامل اصلی بیماری کودکان

شاید زیاد خوشتان نیاید، ولی این یک واقعیت است که شما مهمترین دلیل بروز چاقی، دیابت، کلسترول بالا و پرفشاری خون در کودکانتان هستید. می‌پرسید چرا؟!...

دکتر سوزان پریسلی، متخصص رژیم غذایی می‌گوید: تقریباً بیشتر کودکان کمتر از هفت سالی که بر کلینیک‌های پزشکی آورده می‌شوند، دچار چاقی هستند که آن هم به خوردن زیاد همبرگر و سیب زمینی سرخ شده و مواد غذایی چرب برمی‌گردد. کودکانی که به رستوران برده می‌شوند و چاره‌ای جز مصرف این‌گونه غذاها ندارند، خیلی سریعتر از همسالان خود مبتلا به چاقی و بیماری‌های ناشی از آن می‌شوند. به همین دلیل نقش خانواده‌ها را در این امر نمی‌توان نادیده گرفت.

اغلب خانواده‌ها خود را فریب می‌دهند که کودکشان هم به این‌جور غذاها و البته هله هوله‌هایی نظیر پفک و چیپس و... علاقه‌مند هستند، درحالی که کودکان بیشتر از هر چیز علاقه‌مند به خوردن میوه هستند.

نتیجه نظرسنجی که بعد از گذاشتن تبلیغ‌های جورواجور و کارتونی میوه و سبزی برای کودکان در مرکز پیش دبستانی هیل انجام شد، حاکی از آن هست که کودکان علاقه زیادی به خوردن غذاهای سالم، کم‌چرب، انواع میوه‌ها و شیر نشان می‌دهند. البته اگر نسبت به خوردن آنها تشویق و ترغیب شوند.

حال که متوجه شدید کودکان به سرعت از الگوهای غذایی شما پیروی می‌کنند غذا خوردن خودتان را درست کنید. طعم‌های مختلف را به کودک بچشانید.

راههای فرعی رسیدن به تناسب اندام

اگر نمی‌خواهید که فقط از یک راه که آن هم نخوردن صدف است، به اندامی متناسب و زیبا دست یابید، ما هم با شما موافقیم. زیرا راههای بسیار دیگری وجود دارد که می‌توانند شما را در رسیدن به این هدف یاری کنند. این راهها گرچه فرعی می‌باشند، ولی کارآیی بهتر و کاملتری نسبت به روش‌های اصلی دارند. برای رسیدن به این کار نیز باید یک تغییر اساسی در نحوه آشپزی‌تان بدهید. قفسه‌ها و یخچال را از مواد غذایی کم‌چرب و کم‌کلسترول پر کنید. چربی‌های غذا را قبل از طبخ بگیرید. جدا کردن چربی‌های گوشت قرمز، مرغ و در عوض کباب کردن و آب‌پز نمودن کمک بزرگی به کاهش چربی دور شکم شما می‌کند. به جای افزودن روغن یا کره برای بهتر شدن مزه غذا، از سبزیجات معطر استفاده کنید. برای غلیظ کردن سوپ یا خورش نیز به جای استفاده از کره و خامه از پوره سبزیجات استفاده کنید. در سوپ‌هایی که با شیر تهیه می‌شوند هم از شیر کم‌چرب استفاده نمایید.

گوشت بدون چربی را با خواباندن در گیاهان معطر و یک ماده اسیدی مثل آبلیمو، آب گوجه فرنگی یا ماست نرم کنید تا برای کباب کردن آماده و خوش طعم شوند.

همچنین در پختن شیرینی، شکر را حداقل تا یک‌سوم کاهش دهید یا از شکرهای رژیمی استفاده کنید. از روغن زیتون به جای روغنهای مارگارین استفاده کنید. مصرف نمک را نیز تقریباً در همه غذاها - به جز خمیر نان - کاهش دهید. به جای مصرف دو عدد تخم مرغ، از یک تخم مرغ و یک سفیده استفاده کنید، یا اینکه دو سفیده به جای تخم مرغ کامل جانشین نماید و دست آخر اینکه؛ مقدار گوشت قرمز خورش را کم و به تنوع سبزیجات بیفزایید.

قدرت شفابخشی نوشتن

این مطلب از آنجا که PMS یک درد زنانه است مطلبی کاملاً ویژه برای خانمها به حساب می‌آید. PMS یا سندرم پیش از قاعدگی بیماری است که در اغلب خانم‌ها بروز می‌کند، ولی تقریباً ۴۰ درصد از آن بی‌اطلاعند.

PMS معمولاً از یکی دو روز قبل از شروع قاعدگی، آغاز و با علایمی مثل افسردگی، اضطراب، خواب‌آلودگی، احساس رنج و درد و اندوه و... بروز می‌کند و درد، استرس و هیجانات منفی در این بیماری به قدری است که فرد را به خوردن داروهای مسکن وادار می‌کند.

اخیراً روانشناسان برای از بین بردن هیجانات روحی - روانی در این دوره به خانمها توصیه می‌کنند که درد خود را بر روی کاغذ بیاورند.

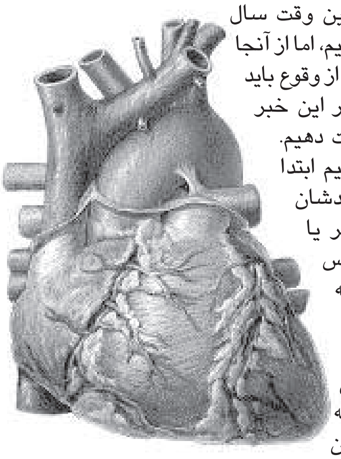
جو اسمیت، روان‌شناس دانشگاه سیراکوز می‌گوید: نوشتن باعث ایجاد تغییرات در سیستم دفاعی بدن و واکنش هورمون‌ها نسبت به استرس می‌شود که درنهایت باعث بهتر شدن اوضاع روحی و افزایش توانایی در کنترل درد می‌شود.

البته نوشتن کاربردهای درمانی فراوان دیگری نیز دارد. مثلاً در کاهش وزن، افزایش خواب، کاهش درد در مبتلایان به روماتیسم و درمان افسردگی، باعث افزایش روزافزون سلامتی می‌شود.

مطالعه‌ای که در دانشگاه شیکاگو بر روی افراد سرطانی انجام شده، نشان می‌دهد بیمارانی که از حمایت روحی - روانی کمتری برخوردارند تنها با نوشتن متوالی در مدت شش ماه خواهند توانست به روحیه‌ای شادتر و بهتر از گذشته‌شان دست پیدا کنند. نوشتن دردهایی که ما را رنج می‌دهد، باعث آلودگی خاطر شده و استرس و هیجانات منفی ما را از بین می‌برد.

بنابراین از امروز شروع کنید، بجای اینکه دردتان را به‌طور مدام به دیگری بازگو نمایید، بنویسید. مطمئن باشید در عرض چند هفته به قدرت‌تر شفابخشی نوشتن پی می‌برید.

یک خبر مهم به کنکوری ها



شاید تعجب کنید که چرا این وقت سال می‌خواهیم به کنکوری‌ها خبر بدهیم، اما از آنجا که ما اعتقاد داریم علاج واقعه قبل از وقوع باید کرد، تصمیم گرفتیم تا با انتشار این خبر کنکوری‌ها را از مرگ حتمی نجات دهیم.

قبل از هر چیز توصیه می‌کنیم ابتدا پدر و مادرهاکه دوست دارند فرزندشان بدون علاقه قلبی خویش، دکتر یا مهندس شوند، بخوانند سپس فرزندان بیچاره که مجبور به تسلیم هستند.

اگر شغل مناسبی با روحیه‌تان نداشته باشید، خیلی زود می‌میرید. این جمله‌ای است که محققان آمریکایی درپی تازه‌ترین تحقیقات خود بیان کردند. آنها به این نتیجه رسیدند که شغل کسل‌کننده و کم‌درآمد برای سلامت قلب همانقدر مفید است که خوردن هر روز مغز گوسفند. پژوهشگران می‌گویند، مشاغل یکنواخت، کسل‌کننده و ملال‌آور با ثابت نگه داشتن و افزایش سرعت ضربان قلب زمینه ابتلا به بیماری‌های قلبی را دوچندان افزایش می‌دهند. مردانی که در مشاغل سطح پایین فرصت می‌کند خیلی سریعتر از سایر مردانی که حتی در موقعیت‌های بسیار پایین اجتماعی زندگی می‌کنند، دچار اختلال عملکرد قلب می‌شوند.

این یافته‌ها که از تحقیق بر روی بیش از دو هزار مرد کارمند بین ۴۵ تا ۶۸ ساله به دست آمد، نشان می‌دهد مردانی که موقعیت اجتماعی و شغلی پایینی دارند، زودتر از همسالان خود دچار افسردگی و بیماری‌های قلبی می‌شوند. سرعت ضربان قلب مردانی که از شغل خود ناراضی‌اند ۳/۲ در دقیقه سریعتر از مردانی است که در وضعیت خوب شغلی به سر می‌برند.

با توجه به موارد فوق، به تمامی افرادی که در آستانه انتخاب شدن هستند یا از طریق دانشگاه می‌خواهند خود را به وضعیت خوب شغلی برسانند، توصیه می‌کنیم بیشتر از هر چیز به عشق، علاقه و توانایی خود در انجام کار اهمیت دهید نه به گفته‌های دیگران که مطمئناً به قیمت جانتان تمام می‌شود.

حقیقت را دوست بدار، ولی اشتباه را عفو کن.
ولتر

از گوشه و کنار جهان

اَهمیت روزافزون داروهای گیاهی

آنچه را که در تصویر مشاهده می‌کنید، محفظه ویژه داروهای گیاهی است که پژوهشگران آن را در کنار جنگلهایی که از نظر داروهای گیاهی غنی شناسایی شده‌اند قرار می‌دهند. درواقع این یک آزمایشگاه کوچک است که دانشمندان به کمک آن اطلاعات گرانبهایی در مورد گیاهانی که خواص درمانی دارند بدست می‌آورند. از جمله ثبات کیفیت آنها در برابر تغییرات جوّی و میزان نور و رطوبتی که برای فعال نگهداشتن گیاهان دارویی لازم می‌باشد. یکی از اشتباهاتی که تاکنون در مورد گیاهان با خواص دارویی صورت می‌گرفته این بوده که گیاهان مذکور را با روشهای غیرعلمی خشک می‌کردند و سپس خشک شده آنها را در آزمایشگاه تبدیل به دارو می‌کردند که این روش درواقع اکثر خواص دارویی گیاهان مذکور را کمرنگ می‌کرد. اما اکنون پژوهشگران به این مهم پی برده‌اند که بهترین و بیشترین استفاده درمانی از گیاه زمانی بدست می‌آید که آن را بطور کامل و به‌اصطلاح زنده و تازه مورد استفاده قرار دهند و پس از اثبات این نظریه بود که آزمایشگاههای کوچک نظیر آنچه که در تصویر مشاهده می‌کنید، اهمیت پیدا کردند. درواقع هدف این است که گیاه خاصیت‌دار پس از جدایی از شاخه یا برگ خود، با قرار داده شدن در محفظه مخصوص، کلیه خواص خود را حفظ کند. با توجه به موفقیت این روش، انتظار می‌رود که در آینده نزدیک داروهای گیاهی با کارایی به‌مراتب بیشتری در دسترس مردم قرار گیرند.

اَولین دوربین دیجیتال با قدرت ۹ مگاپیکسل

FUJIFILM
9.0

سرانجام انتظارها بسر آمد و همانگونه که در تصویر مشاهده می‌کنید، یک شرکت ژاپنی اولین دوربین دیجیتال و کوچک را با قدرتی معادل ۹ مگاپیکسل، روانه بازار کرده است. این دوربین آنقدر کوچک است که می‌توانید به‌راحتی آن را در جیب خود جای دهید، علاوه بر این دارای گیرنده‌های CCD است که حساسیت فوق‌العاده‌ای در برابر نور را باعث شده است. این دوربین دارای لنزی است که هدف را تا چهار برابر بزرگتر می‌کند، ضمن آنکه اندازه‌گیری نور دریافتی در آن بقدری دقیق است که بتوان تصاویر گرفته شده را در هنگام چاپ تا حد یک پوستر هم بزرگ کرد، بدون آنکه کیفیت تصویر دچار خدشه شود. شرکت سازنده این دوربین کوچک و دیجیتالی را به مبلغ **سیصد دلار** به بازار عرضه کرده است.

ظرفیت برای پنج هزار ترانه!

طراحان در شرکت کریتیو، موفق به طراحی و تولید یک وسیله پخش موسیقی به شیوه ام.پی.۳ شده‌اند که دیسک سخت‌افزاری آن با قدرتی معادل ۲۰ جی‌بی، توان سپردن پنج هزار ترانه را در حافظه خود دارا می‌باشد. این وسیله دارای یک صفحه آبی رنگ می‌باشد و کنترل آن در زیر صفحه با کمترین تماس، فعال می‌شود و نیازی به فشار روی تکمه‌های کنترل نیست. کریتیو این پخش‌کننده موسیقی را به مبلغ **چهارصد دلار** به بازار عرضه کرده است.

برنده جایزه دکارت را بشناسید

شخصی را که در تصویر مشاهده می‌کنید، «**ولفگانگ هکل**» نام دارد و ماه گذشته او را به عنوان برنده جایزه دکارت که مهمترین جایزه سالانه در علم و فن‌آوری در اروپا می‌باشد، معرفی کردند. و اتفاقاً موضوع تحقیقاتی که باعث شده تا هکل به عنوان محقق برتر در علم و فن‌آوری در اروپا - به سال ۲۰۰۵ - انتخاب شود نیز در تصویر دیده می‌شود. او با تحقیق روی تابلوهای نقاشی و آثار بزرگان در هنر نقاشی، موفق به اسکن کردن این آثار به روش تونلی که خود او بنیانگذار این روش می‌باشد، شده است و در نتیجه این اسکن که از مدتها پیش غیرممکن تلقی می‌شد، هکل توانست به بررسی میکروسکوپی D.N.A انسانی از خالق آثار نقاشی بپردازد. هکل با این موفقیت درواقع این امکان را به نمایش گذاشته که انسان می‌تواند زندگی و خصوصیات فردی هنرمندان و بزرگان گذشته را که اطلاعات دقیقی از آنان در دست نیست، شناسایی کند. در سال ۲۰۰۵ هکل توجه خود را معطوف به چند نقاش هلندی، از جمله ون‌گوگ کرد و از بررسی دقیق روی آثار آنها به کمک روش تونلی موفق به استخراج D.N.A از هنرمندان فوق شد که در نتیجه حقایقی چند پیرامون زندگی آنها مانند بیماریها، علت مرگ، وضعیت جسمانی و روحی و همچنین اطلاعات دیگری چون طول قد، وزن و ساختار جسمانی، آشکار گردید. البته این سیستم هنوز دارای نقایصی است، از جمله اینکه از نظر زمانی تنها تا سیصد سال را پوشش می‌دهد و هکل از هم‌اکنون هدف آینده خود را در تحقیقات روی طولانی‌تر کردن زمان پوشش، متمرکز کرده است و حتی سخن از پوشش دو هزار ساله می‌کند که اگر این امر واقعیت پیدا کند، آنگاه برخی از بزرگترین شخصیت‌های علمی، مذهبی، سیاسی و امثال آن برای آدمی شناسایی می‌شوند. ناگفته نماند که جایزه دکارت که یکی از معتبرترین و مهمترین جوایز علمی سالانه در جهان می‌باشد، یک میلیون یورو ارزش دارد که از این جهت حتی از جایزه نوبل هم بیشتر است.

آزمایشگاهی در دوردست

آنچه را که در تصویر مشاهده می‌کنید، یکی از مجهزترین آزمایشگاههایی است که در تاریخ علم و فن‌آوری، بشر موفق به ساختن آن شده است. دلیل هم دارد چرا که این آزمایشگاه قرار است تا چند ماه دیگر به همراه سفینه بدون سرنشین رزتا، بسوی لبه منظومه خورشیدی حرکت کند. البته در طی راه، دوربین‌های مجهز و دقیقی که در داخل سفینه کار گذاشته شده، از کرات منظومه خورشیدی و اقمار آنها تصویربرداری کرده و اطلاعات گرانبهایی به زمین مخابره خواهند کرد. اما کار اصلی هنگامی آغاز می‌شود که این سفینه بدون سرنشین برای اولین بار در تاریخ سفرهای فضایی خود را به مدار ستاره دنباله‌دار گراسیمنکو می‌رساند. آنگاه پس از چند ماه بررسی و ارسال اطلاعات مهم، بخش آزمایشگاه به همراه یک سفینه کوچک از آن جدا شد و بر سطح سیاره دنباله‌داری که به اختصار آن را ۲۰۱۴ شماره‌گذاری کرده‌اند، فرود می‌آید و بلافاصله پس از ورود، مهمترین بخش مربوط به این سفر فضایی کار خود را آغاز می‌کند و آن نمونه‌برداری از سطح و زیر خاک ستاره دنباله‌دار است که پس از جمع‌آوری نمونه‌ها که بوسیله ابزار متحرک و رباتهای کوچک انجام می‌شود، آزمایشگاهی که در تصویر مشاهده می‌کنید، شروع به تجزیه و تحلیل نمونه‌ها کرده و سپس نتایج را به زمین مخابره می‌کند. درواقع آزمایش‌هایی که انجام می‌شود، درپی محاسبه و شمارش ملکولهای زنده در سطح خاک و یا زیر سطح خاک این ستاره دنباله‌دار می‌باشد چرا که دانشمندان این ستاره دنباله‌دار را جزیی از یک کرهٔ بزرگتر در نزدیکی زمین می‌دانند که در چند میلیارد سال پیش‌تر براثر انفجاری که اتفاق افتاد، از آن جدا شده است. دانشمندان امیدوارند با اطلاعاتی که از آزمایش ملکولهای این ستاره دنباله‌دار بدست می‌آورند، بتوانند راز پیدایش زمین و منظومه خورشیدی را تا حدود زیادی کشف کنند.

رَوی یخ برای نجات کره زمین

در تصویر یک کشتی یخ‌شکن را مشاهده می‌کنید که برای انجام یک ماموریت مهم عازم قطب شمال شده است. ماموریت این کشتی، کسب اطلاعات در مورد وضعیت جوی در قطب شمال و همچنین محاسبه سرعت و میزان آب شدن یخ‌های قطبی است. در کشتی چند دانشمند و پژوهشگر از کشورهای آمریکا، انگلستان، روسیه، نروژ، سوئد، فرانسه و ژاپن گردهم آمده‌اند تا در مورد پدیده آب شدن یخ‌های قطبی که بسیاری آن را بلای جان بشریت می‌دانند، تحقیق و مطالعه کنند و ضمن محاسبه سرعت و اندازه این آب شدن، راههایی برای جلوگیری از آن جستجو کنند.

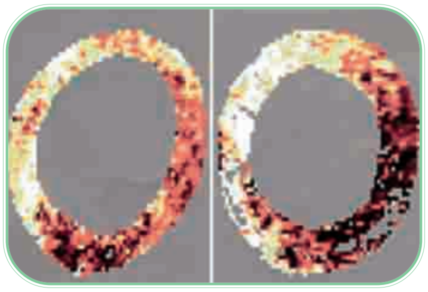
این کشتی خود را به منطقه مرکزی منطقه قطب رسانده است و در کمال تعجب همانگونه که در تصویر هم مشاهده می‌کنید، آب شدن یخ‌های قطبی حتی در منطقه مرکزی هم اتفاق افتاده است، درحالی که قاعدتاً یخ‌ها در بخش مرکزی آنقدر قطور می‌باشد که به این سادگی‌ها نباید در خطر آب شدن قرار گیرند. درواقع این آب شدنهای سریع هشدار غیرقابل انکاری برای انسان و محیط زیست او یعنی کره زمین است که باید هرچه زودتر برای نجات این کره زیبا و خاکی ترفندی بیاندیشد.

مُراقب قلب خود باشید

در نگاه اول در تصویر فقط دو حلقه ساده را مشاهده می‌کنید، اما در این دو حلقه دریایی از معلومات گنجانده شده که ممکن است روزی به نجات جان شما منتهی شود. این دو حلقه درواقع دو نمونه از شرایط قلبی می‌باشند که با روشی که اخیراً توسط دانشمندان آمریکایی ابداع گردیده، این شرایط ترسیم شده‌اند.

در طی چند ماه آینده کیت‌ها یا بسته‌های حاوی آزمایش روی شرایط قلبی به داروخانه‌ها در سرتاسر جهان سرازیر خواهد شد. این کیت که درواقع نوعی اسکن را از قلب آدمی انجام می‌دهد، یکی از آخرین دستاوردهای پزشکی در مورد کسب اطلاع درخصوص شرایط قلبی انسان بشمار می‌رود.

درواقع به کمک یک وسیله مدرج و رایانه‌ای کوچک که در داخل کیت یا بسته قرار دارد و انسان آن را زیر زبان خود (مانند دماسنج مدرج) می‌گذارد، شرایط قلبی روی صفحه مانیتور بسیار کوچکی که آن هم در داخل کیت قرار دارد و به اندازه یک پیجر یا پیام‌گیر



می‌باشد، بشکل یک دایره نقش می‌گیرد. اما همین دایره حاوی اطلاعات گرانبهایی در مورد خون وارد شده به قلب، میزان اکسیژن موجود در خون ورودی به قلب، میزان گرفتگی شراین و سایر علایم مهم و حیاتی در قلب می‌باشد. برای مثال اگر به مقایسه دو حلقه موجود در تصویر بپردازیم، متوجه می‌شویم که یکی از دایره‌ها دارای نقاط تاریک بیشتری می‌باشد. حال آنکه نقاط تاریک در دایره به معنای کمبود خون ورودی به قلب می‌باشد، اما هرچه نقاط تاریک کمتر باشد، به معنای سلامت بیشتر قلب و تعادل در اندازه علایم حیاتی در آن است. این وسیله به عنوان یکی از پیشرفته‌ترین و انقلابی‌ترین دستاوردهای علم پزشکی در شناسایی و بررسی وضعیت سلامتی انسانها توسط خود انسان شناخته شده است.

ساعات صبح، طلا در دهان دارد • مثل آلمانی

فانتزی ایرونی

آرزوهای بزرگ

محمد طاهری

پریسا خانم از آن دسته خانمهایی است که معتقد است سن فقط یک عدد است. با اینکه چهل و دو سال از عمر نه‌چندان پربرکتش گذشته اما همچنان مغرورانه شعار خود را حفظ کرده و در راه رسیدن به هدف خویش حاضر است خودش را پرپر کند. استقلال، همین و بس. همین حس غرور و تفاخر باعث شده هم خود را جوان بداند هم اینکه بعضی‌ها او را با دخترهای ۱۸-۱۹ ساله اشتباه بگیرند. اصلاً و ابداً خیال نکنید که پریسا خانم می‌خواهد حواس خودش را از پیری پرت کند. ابداً. برای خودش شیرزنی است. در این سن و سال هنوز پای هیچ مردی به زندگی‌اش باز نشده است. تجرد. این هم شعار دوم این شیرزن قهرمان است. خودش به اصل و نسبش افتخار می‌کند. تا حالا برای همه بیشتر از پانصد دفعه تعریف کرده که پدربزرگش با دکتر حسابی رفیق جون جونی بوده است. چه افتخاری؟ حالا فرقی نمی‌کند که پدربزرگ پریسا خانم در یک مقطع یکی دو ماهه زمانی که هنوز دکتر حسابی دیپلمش را هم نگرفته بود با او سلام و علیک داشته است. بالاخره این هم یک‌جور دوستی محسوب می‌شود. از شعارها و ویترین افتخارات پریسا خانم که بگذریم می‌رسیم به زندگی‌اش. هرچند که پدر فقیه و خدابیامرز پریسا خانم آنقدر برایش پول و ثروت باقی گذاشته که برای بریز و بپاش هفت پشت نداشته‌اش بس باشد ولی پریسا خانم برای اینکه هدف والای خودش را به همه عالم و آدم بقبولاند و بفهماند که صدتا جوان شیر پاکتی را سرشان را به دیوار می‌کوبد حاضر است هر کاری انجام دهد. خنده‌دار است. ولی برای اینکه آهسته آهسته برنامه خودش را پیاده کند به خارج رفت و ده کیلو وزن کم کرد. همچنین با یکی دو جراحی ترمیمی (یا به قول دکترها لیفتینگ) دو سه تا چین و چروکی که زیر چشمانش بود رفع کرد.

و چابک و سرحال به ایران برگشت. به همه دخترهای فامیل و حتی بچه‌ها و خانمهای رفقای پدرش سپرده است که اگر جشنی، مراسمی، بزن و بکوبی چیزی بود خبرش کنند. بالاخره انسان باید در اجتماع حضور فیزیکی داشته باشد.

گذشته از این صحبت‌ها دست فرمان پریسا خانم حرف ندارد. توی خیابان‌های خلوت و سوت و کور با همه دختر پسرهای تازه به دوران رسیده کورس می‌گذارد و همه آنها را انگشت به دهان می‌گذارد. اصولاً پریسا خانم از کباب کردن دل بروبچه‌های مایه‌دار حال می‌کند. بیخود نیست که نزدیک صد میلیون تومان برای خریدن یک الگانس تروتمیز پول خرج کرد. گرچه این مساله از لحاظ مالی مختصر فشاری به ایشان وارد کرد و باعث شد پریسا خانم باغچه کوچک لواسان را بفروشد ولی خوب این خرده خرجها نباید باعث شود که یک خانم باشخصیت مثل پریسا خانم جلوی یک مشت بچه صفر کیلومتر کم بیاورد. متاسفانه تازگی‌ها حوصله‌اش از هرچی کورس گذاشتن و سربه‌سر گذاشتن با بچه‌های بالاشهر سر رفته بود. بالاخره خوشی زیر دل آدم را می‌زند. این‌جور بچه‌بازیها هم یک روز دل آدم را می‌زند. بنابراین پریسا خانم پروژه جدیدی را علم کرد: ازدواج... تعجب می‌کنید! حق دارید... بالاخره سر به هوا بودن هم تاریخ مصرف دارد و یک روزی پیمانه‌اش پر می‌شود. پریسا خانم هم از این قاعده مستثنی نبود. بیچاره پریسا خانم یک روز عین آدمهای افسرده و وازده پشت میز توالت همیشگی‌اش نشست. دستش را زیر چانه‌اش گذاشت و به قیافه‌اش توی آینه نگاه کرد. نگاه حقارت‌آمیزی به انبوه لوازم آرایش که روی میز پخش و پلا بودند انداخت و آهی سوزناک از ته دل کشید. به خاطر آورد که پنجشنبه هفته بعد دقیقاً مصادف با چهل و دومین سالگرد تولدش می‌شود. نفس عمیقی کشید و پایش را روی پایش انداخت. خواهرش که دو سال هم از پریسا خانم کوچکتر بود، ۲ تا دختر داشت که هر دوتا هم دم‌بخت بودند. اما او چی؟ احساس آدمهای اجاق کوری را داشت که از دیدن بچه‌های مردم داغ دلشان تازه می‌شود. ناگهان مثل اینکه در ظلمات شب پرتو نوری بتابد از جایش برخاست. مثل آدمهای به ته خط رسیده احساس کرد که فرصت زیادی ندارد. چرا نباید ازدواج می‌کرد؟ اما خب با کی؟ چه کسی حاضر می‌شود بیاید و دست یک زن ۴۲ ساله را بگیرد و با هیجان به حجله خوشبختی قدم بگذارد؟

البته اگر بی‌ادبی نشود زنهای میانسال و چهل پنجاه ساله هم در عالم عشق و عاشقی اگر از دخترهای هیجده نوزده ساله جلوتر و مقدمتر نباشند عقب‌تر هم نیستند. اینکه چرا پس از این مدت دراز پریسا خانم به صرافت خانه بخت رفتن افتاده حداقل بر ما پوشیده است. اما قرائن و شواهد نیمه مستند حکایت از آن دارد که خودش هم فهمیده بود که تا چند سال دیگر باید از زور بیکاری و بی‌همسری رهسپار پارک محله شود و هم‌کلام و همزبان پیرزنهای شصت هفتاد ساله شود و از خروسخوان تا تنگ غروب مخ مردم را سالاد کند!

ولی در این بین مشکل بزرگی هم وجود داشت. بعضی از قدیمی‌ها که از ادب و تربیت بویی نبرده بودند روی دخترهای ازدواج نکرده اسم گذاشته بودند: ترشیدن! اما خب هر آدمی که بفهمد یک خانم چهل و دو ساله جاافتاده متشخص هنوز دختر باقی مانده است ممکن است از تعجب شاخ دربیاورد و یا از خنده ریسه برود. اینجاست که پیدا کردن یک شوهر مناسب برای پریسا خانم از یافتن چاغاله بادام در آبان ماه هم سخت‌تر می‌نمود! البته مردهای زن مرده بچه‌دار که احتمالاً پنجاه سال را رد کرده‌اند در همه جا فت و فراوان پیدا می‌شوند ولی باید پذیرفت که پریسا خانم دنبال شوهرهای مدل پایین و از رده خارج! نمی‌گشت. در یک کلام

پریسا خانم دنبال یک گزینه مناسب و جوان بود تا خودش را ماهرانه به طرف قالب کند. خوشبختانه از حیث قیافه مشکل چندانی وجود نداشت. ولی سن شناسنامه‌ای را نمی‌شد کاری کرد. ولی به هرحال در ناامیدی بسی امید است! این بود که پریسا خانم آستین‌ها را برای خودش بالا زد و افتاد دنبال جستجوی شریک زندگی.

اولین شکار پریسا خانم آقای ۳۷-۳۸ ساله بود که خیلی اتوکشیده و خوش تیپ به نظر می‌رسید. در نگاه اول به نظر می‌رسید مهندسی، دکتری، رئیس کلی، چیزی باشد ولی خب پرنده‌فروش هم شغل شرافتمندانه‌ای به نظر می‌رسید. برجسته‌ترین چیزی که پریسا خانم در وجود آقای پرنده‌فروش یافت صداقتش بود. چون خیلی رک و راست گفت که همسرش بچه‌دار نمی‌شود و چون نمی‌خواهد زنش را طلاق بدهد به این تصمیم رو آورده است. پریسا خانم البته بهش خیلی برخورد. دلش نمی‌خواست در این سن و سال نقش ماشین جوجه‌کشی را ایفا کند. لکه ننگ هوو بودن که جای خود را دارد.

نفر بعدی که زحمت یافتنش را یکی از رفقای پریسا خانم کشیده بود عاقلمرد رنگ و رورفته‌ای بود که زنش ده سال قبل سکته کرده بود و حالا به پست پریسا خانم خورده بود. پریسا خانم بار اولی که نگاهش به طرف افتاد آرزو کرد که در کویر لوت از تشنگی بمیرد ولی زن آدم پژمرده و پلاسیده‌ای مثل یارو نشود. روزها از پی هم می‌گذشت. هرچی آدم زن‌دار و بچه‌دار و اوراقی و پاچه ورمالیده بود به تور پریسا خانم می‌خورد. کم مانده بود که پریسا خانم بالکل قید زندگی مشترک را بزند که ناگهان کورسوی امیدی بنای درخشیدن گرفت. یک رزیدنت ۳۲ ساله شهرستانی که کشف دخترخاله‌اش بود. این آخرین فرصت بود. نباید آنرا از دست می‌داد. طرف البته ترگل ورگل و باکلاس به نظر نمی‌رسید. ولی خب از گزینه‌های قبلی به‌مراتب مناسب‌تر به نظر می‌آمد. پریسا خانم آخرین تیرش را انداخت و با گفتن اینکه ۳۴ سال بیشتر ندارد سر دکتر آینده مملکت را کمی تا قسمتی شیره مالید! البته میکاپ‌های شب خواستگاری هم کار خودش را کرد. شانس بزرگی که پریسا خانم آورده بود از بابت خواهرشوهر و مادرشوهر بود. مادرشوهر او تقریباً در حکم آبجی بزرگه او به‌شمار می‌آمد. هرچند که مادرشوهر هم در زمان خواستگاری دستی به ابرو و لب و گونه برده بود و کمی رنگ و لعاب خرج قیافه چروک خورده‌اش کرده بود ولی پریسا خانم که خودش این کاره بود حدس زد که مادرشوهر آینده‌اش نباید بیشتر از ۵۰ سال داشته باشد. خواهرشوهرهایش هم خوشبختانه دختربچه‌هایی ۱۸-۱۷ ساله بودند که در برابر عروسی پرتجربه اما تازه نفس همچون پریسا خانم هیچ به نظر نمی‌رسیدند.

خلاصه پریسا خانم به خانه بخت رفت و داماد هم اصلاً به روی خودش نیاورد که بین ۳۴ سال و ۴۲ سال حدود ۸ سال فاصله است و هر کوری با نگاه کردن به شناسنامه متوجه این فاصله سنی و این دروغ شاخدار می‌شود. پریسا خانم البته این نکته را به حساب ببو بودن طرف گذاشت و لذا بیشتر از داماد جوان و ساده‌لوح خوشش آمد. تازه محبت‌ها و هدیه دادنها و گل آوردنهای آقاداماد و راه به راه ماه عسل رفتنهای آقاداماد و عروس خانم هم هیچ شکی باقی نگذاشت که این زن و شوهر هم خوشبخت‌ترین زن و شوهرهای فامیل هستند. اما وقتی چهار سال بعد پریسا خانم فهمید که آقاکمال شوهر محبوبش ظاهراً برای گذراندن دوره تخصصی اما در باطن به اتفاق دخترخاله عزیزش رفتند به کانادا و آپارتمانی که پریسا خانم به خاطر عشق بی‌پیرایه شوهرش همین سه ماه پیش به اسم او کرده بود، پانزده روز پیش فروخته شده، تازه فهمید که با وجود همه زرنگیش از یه بچه ساده شهرستانی چه رودستی خورده... اما بی‌خیال، پریسا خانم که خودشو از تک و تا نمی‌اندازه... اون پریسا خانمه

یک هفته حادثه

تهیه و تنظیم: پ - شایق

دزد سمنانی خودکشی کرد

یک جوان سمنانی چند روز پیش از راننده اتومبیل پرایدی خواست تا او را به روستایی در چند کیلومتری شهر برساند، اما در میانه راه با تهدید اسلحه، راننده را بیرون انداخت و اتومبیلش را به سرقت برد.

پس از این ماجرا راننده پراید با حالی پریشان خود را به شهر سمنان رساند و با طرح شکایتی در کلانتری گفت؛ در یکی از میدانهای شهر، پسر جوانی که به ظاهر مرد محترمی به نظر می‌رسید، از من خواست تا او را بطور دربستی سوار کنم و به دامغان برسانم، اما وقتی به نزدیکی شهر دامغان رسیدیم جوان مسافر یک کلت از جیبش درآورد و یک تیر هوایی شلیک کرد بعد لوله کلت را به طرفم گرفت و با تهدید به مرگ مرا از اتومبیل پیاده کرد و آن وقت خودش پشت فرمان نشست و متواری شد.

ماموران کلانتری پس از صحبت‌های این راننده جوان فوراً تمامی جاده‌ها و خیابانهای منتهی به شهر را تحت کنترل خود درآوردند و پس از چند ساعت سارق اتومبیل را هنگام رانندگی با همان پراید مسروقه شناسایی کردند. جوان مسلح هم وقتی خود را در محاصره پلیس دید، یک تیر هوایی خالی کرد، اما چون دید مقاومت بی‌فایده است با شلیک یک گلوله اقدام به خودکشی کرد!

مادران بی‌مبالات بخوانند

در کشور فرانسه مادری که پسرش در کلاس‌های درس حاضر نمی‌شد، به چهار ماه حبس محکوم گردید.

برپایه این گزارش، این مادر ۳۹ ساله به علت عدم مراقبت از فرزندش در امر آموزش به این مجازات محکوم شده است.

براساس گفته مقامات دادگاه عدم حضور این مادر در دادگاه نیز به عنوان یکی از علائم عدم توجه وی به تربیت فرزندش عنوان شده است.

در ادامه رئیس دادستانی افزود: مشکلات خانوادگی اجتناب‌ناپذیر است اما متاسفانه مادر این دانش‌آموز، هیچ کاری در جهت مقابله با مشکلات فرزندش انجام نداده است.

گفتنی است، مادر این دانش‌آموز مشکلات بوجود آمده در خانواده خود را ناشی از مرگ همسرش بیان کرده، چرا که فرزندش علاقه شدیدی به پدرش داشته است.

یک شرور سیم کارت بلعید!

مرد شروری معروف به «رضا کثیف» چند روز پیش توسط ماموران نیروی انتظامی تهران دستگیر شد. البته او هنگام دستگیری سیم کارت موبایلش را هم بلعید!

چند روز قبل خانواده یک دختر جوان به نام «لیلا» با مراجعه به پلیس اعلام کرد که دخترشان ناپدید شده است، ماموران پس از تحقیق پی بردند که پسری به نام رضا در ماجرای گم شدن این دختر نقش داشته است.

ماموران درحالی که تلاش می‌کردند رضا را شناسایی و دستگیر کنند، متوجه شدند او چندین شکایت زورگیری و اغفال دختران را نیز در پرونده‌های مختلف علیه خود دارد.

پس از بررسی این شکایات درحالی که رضا با اتومبیل دوو سفید رنگش در یکی از خیابانهای تهران درحرکت بود شناسایی و دستگیر شد.

ولی هنگامی که ماموران قصد بازرسی بدنی رضا را داشتند، او بلافاصله سیم کارت تلفن همراهش را درآورد و در دهان گذاشت و آن را بلعید.

او علت بلعیدن سیم کارتش را، بودن چند SMS مستهجن داخل سیم کارت بیان کرد و گفت: بخاطر ترس از افشای این پیامها دست به چنین کاری زده‌ام.

این جوان شرور درحال حاضر در بازداشت بسر می‌برد و تحقیقات از او همچنان ادامه دارد، اما هنوز از سرنوشت دختر ناپدید شده اثری به دست نیامده و ماموران در جست‌وجوی وی هستند.

یک غیرتی استرالیایی زنش را کشت

غیرت مرد استرالیایی، همسرش را به کام مرگ کشاند.

چند روز پیش یک مرد استرالیایی ساکن شهر «ملبورن» که همسرش را با ضربات چاقو در مقابل چشمان دختر نوجوانش به قتل رسانده بود، توسط پلیس دستگیر شد.

او در بازجویی پیرامون انگیزه به قتل رساندن همسرش گفت: من همسرم را خیلی دوست داشتم، تا اینکه روز حادثه در خانه بخاطر یک اختلاف جزیی کارمان به جروبحث انجامید و در این میان همسرم برای اولین بار گفت که از من بدش می‌آید و از برقراری روابط نامشروع با مرد دیگری صحبت کرد و در اینجا بود که من کنترل خود را از دست دادم و...

«پائول» ۳۸ ساله اکنون به اتهام قتل همسر ۳۶ ساله‌اش «تینا» به وسیله ۲۰ ضربه چاقو در بازداشت بسر می‌برد، اما دختر نوجوانش که زانوی غم بغل کرده بود، گفت: من باورم نمی‌شود که مادرم را از دست دادم آن روز وقتی صدای فریاد کمک مادرم را شنیدم و وارد اتاق شدم او در خون خود می‌غلتید و تنها کاری که توانستم انجام دهم این بود که پلیس را خبر کردم.

وی در ادامه اظهاراتش افزود: مادرم از زندگی با پدرم هرگز راضی نبود و همیشه به من می‌گفت، هیچوقت به ازدواج فکر نکن و مستقل باش.

گفتنی است احتمال می‌رود دادگاه بر بی‌گناهی «پائول» رأی دهد، اما هنوز حکم قطعی در این رابطه صادر نشده است.

مواظب دخترها باشید

زن ۱۷ ساله‌ای که اسیر عشق خیابانی شده بود چند روز پیش به دادگاه خانواده تهران مراجعه و تقاضای طلاق کرد.

این زن جوان سرگذشتش را چنین بیان کرد: من در شهرستان ساری در یک خانواده فقیری به دنیا آمدم، بعد از چند سال مادرم بخاطر مشکلات زندگی با خوردن قرص خودکشی کرد و پس از آن پدرم هر روز به بهانه‌ای مرا اذیت می‌کرد و می‌خواست به زور مرا به عقد یک مرد ۴۰ ساله معتاد درآورد و سه سال پیش که فقط ۱۴ سال داشتم، بخاطر این موضوع از خانه فرار کردم و به تهران آمدم و درحین سرگردانی در خیابانهای تهران با پسر ۴۰ ساله‌ای به نام محمد آشنا شدم و یک هفته در خانه او بودم که توسط پلیس شناسایی و دستگیر شدم که در کلانتری ما را به عقد هم درآوردند و بدین ترتیب ما زن و شوهر شدیم و از این بابت خوشحال بودم که از سرگردانی در خیابانها خلاص شده‌ام، اما درحقیقت من اسیر عشق خیابانی شده بودم و راه فراری نداشتم

چون یک سال بعد از زندگی مشترکمان (که ۱۵ سال داشتم) فهمیدم شوهرم یک مرد هوسران است و در این مدت با چندین دختر و زن بیوه ارتباط داشته است و دارد بخاطر این اخلاق پلیدش چندین بار به او اعتراض کردم و هر بار مرا به باد کتک‌های شدید خود می‌گرفت و در اینجا بود که دیگر از شکنجه و کتک‌های او خسته شدم و به همین دلیل به دادگاه آمده‌ام تا طلاقم را از او بگیرم و حالا هم دلم می‌خواهد زندگی خوبی داشته باشم، اما روزگار بدی است و از پدر و مادرهای خوب تقاضا دارم مواظب فرزندان خود خصوصاً دخترهایشان باشند.

حقیقت از شریفترین نعمتهای بشری است. فرانسیس بیکن

سری دوم تابستان خوش - ۲

خوره رنج

مصطفی گلیاری

در قسمت قبل خواندید:
زن جوانی که پدر معتاد و مادربزرگش به طمع پول او را به «رحم فروشی!» وادار کرده بودند، داستان زندگی خود را برای نویسنده بازگو می‌کند و...
اکنون بقیه ماجرا را دنبال کنید...

توران به طالب نگاه کرد. طالب اشاره کرد که بشین. نشست و به طالب گفت: تشنمه. طالب بطری آب را از یخچال بیرون آورد و برایش آب ریخت. توران آن را سرکشید و دهانش را با پشت دستش پاک کرد. طالب گفت: حالا قصه تو واسه آقا مصطفی نقل کن.

این را گفت و سه استکان هم چای ریخت. دو تا را جلو ما گذاشت و یکی را روی پیشخوان آشپزخانه گذاشت. من به توران نگاه کردم و گفتم: خب؟ توران یک جرعه چای خورد و گفت: من رحِم فروشی کردم و حالا پشیمونم.

تا آن روز این اصطلاح را نشنیده بودم. پرسیدم یعنی چی؟ گفت: یعنی یه زن و شوهر پولدار که زنه حامله نمیشه، از طریق قانونی با کسی مثل من قرار داد می‌بندن که من با اسپرم شوهره حامله بشم و وقتی که بچه دنیا اومد، اونو بردارن و ببرن. من پدر و مادر ندارم. قبلا زن صیغه‌ای یه نفر بودم. مدتم که تموم شد، مادر بزرگم که الهی خیر نبینه، اونقدر توی گوشم خوند تا رحم فروشی کنم. پولشم خوب بود ولی چیزی گیر من نیومد همه‌رو مادر بزرگم برداشت. یه روز یه زن و مرد پولدار اومدن خونه مون. مرده چهل سالش بود. زنشم سی و دو ساله بود. زنه عقیم بود. با من کلی حرف زدن و منو راضی کردن. زنش می‌گفت: هر روز میاد و برام غذاهای خوشمزه و مقوی میاره. کلی پول بهم میدن و فقط کافیه من برم یه سازمانی و قراردادرو امضا کنم تا اونا از طریق علمی منو با اسپرم مرده حامله کنن. منم قبول کردم چون دیدم از بیکاری بهتره و یه پولی و یه غذای خوبی هم گیرم میاد...

چشم‌هایش خیس شد و دو قطره اشک درشت ریخت. به او دستمال کاغذی دادم. اشکش را پاک کرد و گفت:

وقتی که آزمایشا تموم شد و معلوم شد حامله شدم، زنه هر روز میومد و برام گوشت و میوه و شیر و همه چی میاورد. یه ماه گذشت و مادر بزرگم به زنه گفت: لازم نیست شما هر روز زحمت بکشی بیای اینجا. ماهانه یه پولی به ما بده، خودم می‌بندمش به خورد و خوراک تا یه بچه سالم و قوی براتون دنیا بیاره. زنه قبول کرد و ماهی دویست تومن به مادر بزرگم داد. اونم نامردی نکرد و منو بست به سیب زمینی و تخم مرغ و پولارو واسه خودش برداشت و تهدیدم کرد که اگه لام تا کام حرف بزنم، ال می‌کنه و بل می‌کنه.

من برام مهم نبود چی می‌خورم. همین که دیگه گشنه نبودم، برام کافی بود. همین قدر که دیگه مادر بزرگم سرکوفتم نمی‌زد برام بس بود. روزها و هفته‌ها گذشت و گذشت و شکمم بالا اومد. اولین روزی که بچه تکون خورد، یه جوریم شد. قلبم تپید و تازه بود که حس می‌کردم یه بچه توی شکمم هست که مال خودمه. کم‌کم تکون خوردن بچه بیشتر شد و مهر مادری من جنبید. این بچه من بود. شما مردی و نمی‌دونی مهر مادری یعنی چی. روز به روز علاقه من به بچه‌م بیشتر شد. دستم‌رو روی شکمم میذاشتم و باهاش حرف می‌زدم. پسر بود. اسمش‌رو گذاشتم امید و با تکه پارچه‌هایی که توی خونه بود، براش لباس می‌دوختم و قربون صدقه‌ش می‌رفتم. یه روز به مادر بزرگم گفتم:

این بچه منه. من بچه مو به اونا نمیدم.

خدا روز بد نیاره. چنان کتکی بهم زد که همه جام کبود شد. بعد گفت بیچاره فکر کردی به این آسونی‌ها می‌تونی بچه‌رو به اونا ندی؟ تو باهاشون قرارداد امضا کردی. تا حالا کلی پول ازشون گرفتی. مگه شهر هرته؟ میندازنت زندون و بچه که دنیا اومد، اونو ازت می‌گیرن.

من خیلی ترسیدم. نمی‌دونستم چیکار کنم. من بچه‌مو دوست داشتم. به هیچ عنوان حاضر نبودم اونو از دست بدم...

این را گفت و چنان گریه‌ای کرد که نپرس. تنها کاری که توانستم بکنم، دادن دستمال کاغذی بود و دیگر هیچ.

طالب سه استکان چای ریخت و تکه‌ای نان به دندان کشید و گفت:

من کار تموم شد. آقا مصطفی اگه میشه، توران پیش شما بمونه و قصه‌شو بگه، منم برم محله‌های دورتر و پنیرارو آب کنم.

و به توران گفت: اینجا خیالت راحت باشه. توی یخچال تخم مرغ هم هست. شب که اومدم، یه دونه مرغ هم می‌خرم تا خودت یه چیز خوشمزه بپزی. تو فقط باید بخوری و آروم باشی تا حال بچه گرفته نشه.

این را گفت و چایش را سرکشید. سیگاری هم روشن کرد و شانه مرا بوسید و گفت: اشکالی نداره که؟ گفتم: نه.... تو برو ولی مرغه‌رو زودتر بیار تا واسه شام حاضر بشه.

طالب رفت. توران گریه نمی‌کرد. به آیینه روبه‌رویش خیره شده بود. نمی‌دانم داشت خودش را نگاه می‌کرد یا گذشته‌اش را. سیگاری آتش کردم و استکان را برداشتم. گفت: گشنمه.... برم یه چیزی درست کنم؟ گفتم برو. توی کابینت هم سیب زمینی و پیاز هست. اگه بخوای، میرم گوشت چرخ کرده و گوجه فرنگی هم می‌خرم. گفت: نه.... اونجوری هم زحمته هم دیر میشه. از گشنگی دلم درد گرفته.

قرار است در صورت درخواست خوانندگان، پاورقی گمشدگان به صورت کتاب منتشر شود لذا خوانندگانی که مایلند این کتاب را داشته باشند، به نشانی مجله نامه نوشته و ثبت نام کنند.

صیغه زوری

با سنگینی بلند شد و به آشپزخانه رفت. کمی سیب زمینی پوست کند و خلال کرد و در ماهی تابه ریخت. تا سیب زمینی سرخ شود و قصه‌اش را از ابتدا گفت:

مادر بزرگم مدام سرکوفت می‌زد که تو بیکار و بی‌عاری و من باید با چندر غاز مستمری، شکم بی‌صاحبت‌رو پر کنم. هزار جور هم ازم کار می‌کشید. فقط مونده بود تخم مرغ ببنده به شکمم و بگه بشو ماشین جوجه کشی.

به شکمش اشاره کرد و گفت: که آخرش هم همین کارو کرد. پرسیدم: مگه مادر بزرگت نبود؟ پس چرا اینقدر خشن بود؟ سیب زمینی‌ها را هم زد و گفت: این مادر ناتنی مادر من بود وقتی که مادرم تصادف کرد و مرد، بابام که معتاد بود، منو سپرد دست مادر اندر مادرم. مدت‌ها از بابام بی‌خبر بودیم. یه شب اومد و با مادر بزرگم کلی حرف زد و آخرش مادر بزرگم آمد پیش من و گفت: تو دیگه بزرگ شدی و باید شوهر کنی. من یکه خوردم. هیچ توی این باغا نبودم. دلم به این خوش بود که شب بشه و برم توی رختخوابم و توی قصه، عروسک بازی کنم. با ترس و لرز بهشون گفتم: من شوهر نمی‌کنم. مادر بزرگم زد توی سرم و گفت: تو غلط می‌کنی.

بابام گفت نزنش تا من حالیش کنم.

بعد اومد پیشم و سرم‌رو ناز کرد و گفت: تو دختر عزیز منی. من که دستم کوتاهه و نمی‌تونم از تو نگهداری کنم. اینجام خودم خوب می‌دونم که بهت خوش نمی‌گذره. یه شوهر باتربیت و پولدار برات گیر آوردم که زندگی‌تو از این‌رو به اون‌رو می‌کنه. گفتم: چند ساله‌شه؟ گفت: چهل ولی خیلی جوون مونده مثل سی ساله‌هاس. گفتم: نمی‌خوام.... محکم کوبید به سرم و گفت تو غلط می‌کنی که نمی‌خوای... بیچاره! ما خوشبختی خودت‌رو می‌خوایم.

و خلاصه اونقدر گفتن و زدن تا راضی شدم. فرداش مادر بزرگم خودش منو برد حموم و منو عین یه تازه عروس آماده کرد. بعد گفت آرایش کنم و لباس خوشگل بپوشم. کارم تازه تموم شده بود که بابام هم اومد و سه نفری رفتیم محضر. دامادددیدم. از بابام پیرتر بود. نصف موهاش ریخته بود و بقیه‌ش هم سفید بود و کم پشت. دماغش اندازه نارنگی بود و شکمش مثل هندونه باد کرده بود. اخم کردم و یه گوشه‌ای نشستم. خودشون همه کارا رو کردن و فقط شنیدم که قرار شد داماد ماهی صد و پنجاه هزار تومن بده به بابام. از لجم همون دفعه اول بله‌رو گفتم و از محضر که بیرون اومدیم، من و شوهرم سوار ماشینش شدیم. از اون ماشین خوشگلا بود. منو برد توی یه خونه بزرگ و تلفن زد برامون ناهار آوردن. جوجه کباب بی‌استخون بود. خیلی چسبید. ناهار که تموم شد، خواستم میزرو جمع کنم ولی گفت: تو خسته میشی. خودم جمع می‌کنم.

میزرو جمع کرد و برام چایی ریخت. چایی‌رو که خوردیم، گفت: من میرم بیرون غروب برمی‌گردم. توی یخچال میوه و همه چی هست. تلویزیون و ماهواره

هم هست. توی خونه هر کار دلت خواست بکن ولی نباید بری بیرون. دررو روت قفل می‌کنم تا خیال هر دومون راحت باشه. اگه دختر خوبی باشی، بعد شیش ماه که مدتت سر اومد، دوباره صیغه‌ت می‌کنم.

اینو گفت و رفت و دررو قفل کرد. و من تازه بود که فهمیدم منو شیش ماهه صیغه کرده. هم عصبانی شدم هم خوشحال. با خودم گفتم توی این شیش ماه اون‌قدر بد رفتاری می‌کنم تا ازم سیر بشه. همین کارم کردم. بهش توهین می‌کردم و بد و بیراه بارش می‌کردم. به سفید و سیاه هم دست نمی‌زدم و فقط می‌خوردم و می‌خوابیدم. اونم بد اخلاق شد و شبا خیلی زجرم می‌داد.

دو ماه گذشت و با یه پسر تلفنی آشنا شدم. اسمش میلاد بود و نوزده سالش بود. خیلی زود عاشق هم شدیم. یعنی از بس کلمه‌های شیرین توی گوشم خوند که منم عاشقش شدم. هر روز دو سه بار تلفنی حرف می‌زدیم و من باهاش درد دل می‌کردم. پسر خوبی بود. دانشجوی کامپیوتر بود. یه کارایی هم اون یادم داد تا شوهرم کاسه صبرش لبریز شد و عقد را فسخ کرد. مهریه‌م شیش تا سکه بود که چهار تاش رسید به بابام، دو تاش هم رسید به مادر بزرگم. منم دوباره برگشتم سر جای همیشگی‌م با این فرق که دیگه دختر نبودم...

◇

سه تخم مرغ توی سیب زمینی‌ها شکست و خوب هم زد و گفت:

عشق میلاد اذیتم می‌کرد. همون روز اولی که برگشتم، از غفلت مادر بزرگم استفاده کردم و بهش زنگ زدم و خیلی خلاصه همه چی‌رو گفتم. و گفتم:

از اینجا تلفن زدن خیلی سخته. گاهی تو زنگ بزن و اگه خودم برداشتم و آزاد حرف زدم، بدون چراغ سبزه.

از شانس من مادر بزرگم که حالا دو تا سکه طلا داشت، روزی یه بار می‌رفت بازار و سه ساعت طولش می‌داد. بنابراین من و میلاد حسابی وقت داشتیم با هم حرف بزنیم. حتی دو بار اومد خونه‌مون و هر بار ده هزار تومن هم بهم پول داد. ما مثل دو تا خواهر برادر می‌نشستیم و با هم حرف می‌زدیم. هیچ وقت هیچ تقاضای نابجایی نکرد. تنها آرزوش این بود که بتونه موضوع‌رو با مامانش درمیون بذاره و بابا مامانش‌رو راضی کنه بیان خواستگاری. اما من می‌دونستم این کار محاله. اونا خیلی کلاس بالا بودن. فقط حیاط شون پونصد متر بود. یه بار منو برد خونه‌شون و خیلی راحت منو به مامانش معرفی کرد و گفت: این تورانه. مامانش با من دست داد و ما رفتیم توی اتاق میلاد. نمی‌دونی چه اتاق قشنگی داشت! روی همه جای دیوار عکس چسبونده بود. یه گیتار هم به دیوار زده بود. من فقط نیم ساعت وقت داشتم اونجا باشم ولی توی همون نیم ساعت فهمیدم خونواده میلاد محاله بذارن من عروس شون بشم. اونجا که بودم، دو بار تلفنش زنگ خورد. هر دو بار با زبون انگلیسی حرف زد. من توی خونه اونا خیلی کم آوردم. این بود که از اون به بعد یه آهی اومد توی دلم و هنوز که هنوزه بیرون نرفته.

آهی کشید و قطره‌ای اشک ریخت و گفت: میلاد خیلی گل بود. یه روز مادر بزرگ نرفت بیرون. من نتونستم بهش زنگ بزنم. خودشم دو سه بار زنگ زد و فهمید هوا پسه. مادر بزرگ توی آشپزخونه میچرخید و ناهار می‌پخت. حدس زدم مهمون داریم. حدسم درست بود. بابام اومد. همین طور بی‌خودی بند دلم پاره شد و حس کردم خبر بدی می‌شنوم.

خبر شوم

بابام که اومد، با مادر بزرگم خلوت کرد و کلی با هم بحث کردن و چونه زدن. آخرش سفره‌رو انداختن و بعد از ناهار که آبگوشت بزباش بود، مادر بزرگ چایی گذاشت جلو بابام و گفت خودت بهش بگو. بابام گفت ببین دخترم! من زمین و زمان‌رو زیر پا گذاشته بودم و اون شوهر عالی‌رو برات جور کردم ولی تو به جای تشکر، کاری کردی که اون آقای محترم توی روی من واسته و هزار تا دری وری نثارم کنه. حالا بازم از این جور شوهرها سراغ دارم ولی می‌دونم بازم باعث ریختن آبروی من میشی اینه که قیدش‌رو زدم. حالام با یه پیشنهاد توپ اومدم سراغت. یه خونه‌ای هست که من سه شنبه‌ها میرم خونه شون و رفت و روب می‌کنم. خیلی مایه دارن. خانمه سی‌دوسه ساله‌شه و شوهرشم انگار هفت هشت سالی بزرگ‌تره. استاد دانشگاس و خیلی خرش میره. از قضای روزگار، زنش یه عمل جراحی می‌کنه و نازا میشه. حالا بعد از ده سال زندگی، مرده هوس کرده از تخم و ترکه خودش صاحب یه بچه بشه....

من وسط حرفش پریدم و گفتم: من دیگه صیغه کسی نمیشم. بابام گفت: با اون آبرو ریزی که اون دفعه بالا آوردی، خودمم راضی نیستم تورو صیغه کسی کنم. این بار قضیه فرق می‌کنه.... تورو می‌بریم دکتر و از اسپرم اون آقا می‌گیرن و به تو تلقیح می‌کنن. بعد از این که حامله شدی، بچه‌رو میدی اونا و کلی پول می‌گیری. گفتم:

من دوست ندارم حامله بشم. دوست ندارم بچه‌دار بشم. مادر بزرگ گفت: بیچاره این وسط چیزی از تو کم نمیشه ولی کلی پول گیرت میاد. تازه هر روز بهترین غذاهارو برات میارن و بهترین میوه‌هارو می‌خوری تا بچه‌شون سالم و قوی از آب در بیاد. تو نه زحمتی می‌کشی، نه از اینجا میری، نه آقا بالا سر پیدا می‌کنی. تازه چند نفرم پیدا می‌کنی که نازت‌رو می‌کشن و تا بگی آخ سرم، می‌برنت دکتر. پولی که گیرت میاد، اون قدر زیاده که می‌تونی بذاریش بانک و ماهی صد تومن بگیری.

گفتم باید فکرامو بکنم. منظورم این بود که به میلاد بگم و ازش کمک بخوام. بابام به مادر بزرگم گفت: پول بهت میدم یه هفته ببندش به گوشت و جیگر و شیر و میوه و سبزی. باید یه خورده چاق شه تا قبولش کنن...

سیب زمینی و تخم مرغ را در بشقابی ریخت و با کیسه نان به طرف تخت آمد و مشغول خوردن شد. من هم یکی دو لقمه خوردم و برای خودم چای ریختم. سیگاری هم آتش کردم و منتظر شدم خوردنش تمام شود و بقیه قصه‌اش را بگوید. وقتی که خورد و سیر شد و چای هم خورد، به دیوار کوتاه آشپزخانه تکیه زد و گفت:

فرداش مادر بزرگم رفت بیرون خرید کنه. زود به میلاد زنگ زدم و ماجرارو گفتم و ازش کمک خواستم. زد زیر گریه که این چه سرنوشتیه که سر راهش قرار گرفته. گفتم من از تو کمک می‌خوام، تو گریه می‌کنی؟ گفت: آخه خودت بگو چکار کنم؟ گفتم با مامانت حرف بزن بگو الکی بیاد خواستگاری من تا اینا واسه یه مدتی دست از سرم بردارن. گفت مادر هیچ وقت قبول نمی‌کنه. من فقط امشب پیشش اعتراف می‌کنم که تورو دوست دارم و می‌خوام باهات ازدواج کنم.

فرداش تلفن کردم و پرسیدم چی شد؟ گفت مامانم فکر می‌کنه من شوخی می‌کنم . همه‌ش بهم می‌خنده و ماجرای من و تورو با شوخی و مسخره بازی واسه همه تعریف می‌کنه. گفتم: من فقط شیش روز وقت دارم. گفت من همه تلاشم‌رو می‌کنم ولی اگه نشد، خودکشی می‌کنم.

غم من یکی بود، شد دو تا و مدام نگران روزی بودم که کوشش‌های میلاد به جایی نرسه و خودکشی کنه. یکی دو بار خواستم زنگ بزنم و به مامانش بگم مراقبش باشن یه وقت خودکشی نکنه ولی خجالت کشیدم.

روزها مثل برق گذشتن و روزی که بابام می‌خواست منو ببره نشون اونا بده، هر چه به خونه میلاد زنگ زدم، کسی گوشی‌رو برنداشت. با خودم گفتم: اگه خودکشی نکرده باشه، دلیلی نداره که کسی گوشی‌رو بر نداره. با حالی زار و نزار همراه بابام رفتم. یه خونه‌ای بود توی میرداماد که حیاطش باغ و استخر داشت. یه سگ گنده هم داشتن که اومد منو بو کرد و رفت. بابام منو برد توی ساختمون و نشستیم توی هال. یه آکواریوم داشتن که سراسر دیواررو گرفته بود. توش ماهی‌های یه متری و نیم متری و جورواجور داشت. تازه نشسته بودیم که یه خانم و آقا اومدن. ما جلو پاشون بلند شدیم و سلام کردیم. خانمه که جوون و خوشگل بود، سراپای منو برانداز کزد و گفت: پس توران جون شما هستین؟ خیلی خوشحالم که با شما آشنا میشم.

شوهرش سعی می‌کرد به من نگاه نکنه ولی می دیدم که گاهی در فرصتی مناسب منو نگاه می‌کنه. یه خورده با میوه و شیرینی از ما پذیرایی کردن و از من چیزایی پرسیدن. من هیچی نخوردم. جو زده شده بودم. تا اون روز با یه استاد دانشگاه حرف نزده بودم. از من پرسید: اگه وسط کار به بچه علاقه‌مند شدی، چکار می‌کنی؟ گفتم: من هیچ علاقه‌ای به بچه‌دار شدن ندارم. خانمش پرسید: پس چرا قبول کردی؟ بابام گفت: به خاطر پولش. ما آدمای فقیری هستیم و من نتونستم هیچ سرمایه‌ای به دخترم بدم تا باهاش خوشبخت باشه. حالا می‌خوام با این کار یه پول درست حسابی بیاد دست دخترم و بذاره بانک و سودشو بخوره.

شوهرش گفت: بعد از این که این بچه به دنیا اومد، تو هیچ حقی درباره‌ش نداری. منظورم حق قانونیه. هرگز نباید سر راهش قرار بگیری یا بهش بگی مادرش بودی. این بچه همین که دنیا اومد، ما به اسم خودمون براش شناسنامه می‌گیریم و میشه بچه ما. به این چیزا فکر کردی؟

بابام گفت: من خودم همه چی‌رو حالیش کردم. شما نگران چیزی نباشین.

خانمه گفت: اگه مدارک‌رو آوردی، همین امروز بریم و قرار دادرو ببیندیم.

بابام صیغه نامه و شناسنامه من و خودشو نشون داد و گفت: همه چی ردیفه.

بارداری برای دیگران

کارها خیلی سریع انجام شد. از من آزمایش خون و ادرار گرفتن و مارو صیغه کردن و بعد فرستادن خونه. بابام یه سفارشایی به مادر بزرگم کرد و رفت. نیم ساعت بعد مادر بزرگ هم رفت بیرون و به میلاد زنگ زدم. خودش گوشی‌رو برداشت. صداش مثل مریض‌ها بود. گفت خودکشی کرده و بیست تا قرص سرماخوردگی خورده.

ادامه دارد

حتی خدا را هم هر کس به تناسب شعور خودش می‌شناسد. ●امیل ناگه

عکسها و حرفها

وقتی پول نداری دماغت رو جراحی کنی،
مجبوری دروغ بگی؟

آی خونه دار و بچه دار، زنبیلو بردار و بیا!

مگه دستم به کسی که این تابلو رو اینجا زده نیفته!

نه! نمی ذارم هیشکی اینجا بخوابه!

آخه بچه این چه کاریه که می کنی؟!

Priceless420.com

وایسین منم می خوام سوار بشم!

استفاده لذت بخش از لوازم قدیمی خونه!

امیر پرندک

بیمارستان نیمه تمام علی آباد را تکمیل کنید

یک بیمارستان نیمه کاره در محور ورودی شهر علی‌آباد از توابع استان گلستان قرار دارد که مدت ۱۴ سال است که به حال خود رها شده، ضمناً بیشتر سفت‌کاری ساختمان این بیمارستان انجام شده، اما محوطه‌سازی، دیوارکشی و تزئینات آن سالهاست به طول انجامیده است.

این شهر رو به رشد بوده و جمعیت آن افزایش یافته است و بیمارستان قدیمی و فرسوده آن دیگر جوابگوی بیماران نیست. آیا این عدالت است که با پول مردم ساختمان بیمارستان نیمه کاره را به حال خود رها کنند؟

اگر طی این چند سال به مرور ساختمان آن را تکمیل می‌کردند، هم‌اکنون این بیمارستان قابل استفاده بود.

انتظار می‌رود مسوولان مربوطه هرچه زودتر فکری به حال این بیمارستان بکنند.

ذکریا آقابابایی

ضرورت پاکسازی زمین‌های اطراف قصرشیرین از مین

تعدادی از عشایر و همچنین فرزندان رشید نظامی این آب و خاک بخاطر وجود انواع مین در مناطق بیابانی شهرستان قصرشیرین، جان خود را از دست داده‌اند.

این مساله درحقیقت لطمه به نیروی انسانی ارزشمند کشور است. نیروهای نظامی دارای ارزش والایی هستند که می‌توان آنها را در زمره ذخایر دفاعی کشور به حساب آورد و نباید به این سادگی از دست بروند.

بعضی از مردم و عشایر منطقه به علت فقر مالی و برای یافتن آلومینیوم و سایر فلزات و جمع‌آوری سیم خاردار به بیابانهایی که پر از مین است می‌روند و دچار آسیب می‌شوند. روستاییان نوار مرزی «آغ داغ» و مناطق بین قصرشیرین، خسروی، سومار و نفت‌شهر از مسوولان ذیربط می‌خواهند هرچه سریعتر امکان پاکسازی منطقه را از مین فراهم کنند.

علیرضا نعمتی

بیمارستان بدون پزشک در بشرویه خراسان!

بیمارستان ۲۵ تختخوابی شفا در بشرویه از توابع خراسان رضوی با کمک و همیاری مردم ساخته شده است. افراد نیکوکار برای تجهیز این بیمارستان قدم پیش گذاشته‌اند و هر ساله شاهد افزایش کمکهای مالی مردم به این بیمارستان هستیم، اما متاسفانه این شهر با داشتن ۲۷ هزار نفر جمعیت و همین یک واحد بیمارستان، از داشتن پزشک متخصص محروم است.

مردم بشرویه باید برای بستری کردن بیماران خود فاصله حدود یکصد کیلومتری تا شهرهای دیگر را طی کنند و همین امر، خطرهای زیادی را برای بیماران به همراه دارد. با توجه به موقعیت این شهر که در مسیر شهرهای طبس - یزد - شیراز قرار گرفته است، جا دارد مسوولان ذیربط توجه ویژه‌ای به این مشکل داشته باشند.

سیدحسن پناهی - بشرویه - خراسان رضوی

لزوم ترویج فرهنگ صحیح استفاده از موتوسیکلت

در صدا و سیما و روزنامه‌ها دائم تبلیغ می‌کنند که موتورسیکلت بخرید، آنهم با شرایط تمام قسط. به این ترتیب بسیاری از مردم تشویق می‌شوند که موتورسیکلت بخرند.

نکته قابل توجه اینکه تاکنون دیده نشده است که طریقه استفاده صحیح از موتوسیکلت تبلیغ شود، به همین دلیل استفاده از موتوسیکلت هیچگاه با یک فرهنگ سالم و قابل قبولی همراه نبوده است.

آیا بهتر نیست قبل از تبلیغ فروش و ترغیب مردم به خرید این وسیله نقلیه، شیوه استفاده صحیح از آن آموزش داده شود؟

غلامعلی قاضی شهرضا خبرنگار اطلاعات هفتگی

کمیته امداد بمپور در کار خیر تعجیل کند

یک زن سرپرست خانوار با ۳ دختر یتیم و بدون سرپناه و مسکن هستم. همچنین مددجوی زیرپوشش کمیته امداد بوده و با پدر ۷۰ ساله خود زندگی می‌کنم.

اعضای خانواده ما به سختی در یک اتاق زندگی می‌کنند و فرزندانم جایی برای درس خواندن دراختیار ندارند.

ضمناً یک قطعه زمین دارم که مسوول ذیربط در کمیته امداد برای ساخت، از آن دیدن کرده و برای این موضوع در کمیته امداد شاخه بمپور شهرستان ایرانشهر پرونده تشکیل شده است. متاسفانه هنوز هیچ اقدامی برای ساخت یک سرپناه برای خانواده ما نشده است.

از مسوولان ذیربط تقاضا دارم که در این کار خیر، عجله کنند.

مرادبی‌بی رودینی

تلویزیون بدون تصویر در «چغان» لارستان!

روستای «چغان» از توابع لارستان استان فارس از برنامه‌های تلویزیونی محروم است. اهالی این روستا اگر بخواهند تصویری در تلویزیون ظاهر شود، باید آنتن را به اندازه بلندی یک قله بالا ببرند تا در آن صورت تصویری در تلویزیون ظاهر شود، آنهم تصویر برفکی و خراب!

اهالی این روستا تقاضا دارند که مسوولان صدا و سیمای مرکز فارس در زمینه حل مشکل تصاویر تلویزیونی در این روستا اقدام لازم را انجام دهند.

شاپور فاطمی

به عرضه نامطلوب گوشت و مرغ در سورک رسیدگی کنید

در شهر سورک با جمعیت پانزده هزار نفر، حدود ده واحد قصابی و چند مرکز عرضه مرغ زنده و پرکنده وجود دارد که بیشتری از آنها در محیط بسیار آلوده اقدام به کشتار می‌کنند و متاسفانه نسبت به کار این اصناف هیچ نظارتی نمی‌شود.

یکی از مشکلات این شهر نداشتن مرکز دامپزشکی است و به همین دلایل گوشت با هر شرایطی به دست مصرف‌کننده می‌رسد. متاسفانه در این شرایط وضع عرضه مرغ بسیار نامطلوب است.

شهروندان سورکی انتظار دارند حالا که واحد دامپزشکی در این منطقه وجود ندارد، لااقل اداره بهداشت محیط نظارت بیشتری نسبت به کشتار و عرضه گوشت داشته باشد.

شاهد - خبرنگار اطلاعات هفتگی

تقاضا از مسوولان راه و ترابری زنجان

در ۹۰ کیلومتری زنجان یک معدن روی قرار دارد که مسیر آن از جاده «دندی» گذر می‌کند.

سال ۸۲ این جاده یکبار آسفالت شده، اما به دلیل رفت و آمد کامیونهایی که به معدن می‌روند و همچنین استاندارد نبودن آسفالت به کار رفته، این جاده پر از دست‌انداز و چاله شده است.

این موضوع برای خودروهای ساکنین و اهالی این منطقه مشکلات فراوانی را ایجاد کرده است، لذا از مسوولان راه و ترابری زنجان تقاضا داریم جاده «دندی» زنجان تا معدن را مرمت کنند.

عبادالله جعفری از زنجان

مسابقه اتومبیلرانی در خیابان!

برخی از جوانان در شهر رشت، با خودروهای خود در مسیر بولوار گیلان در منطقه گلسار مسابقه اتومبیل‌رانی انجام می‌دهند!

سال ۸۴ در این منطقه، چند مورد تصادف رخ داد و ۴ نفر نیز جان خود را از دست دادند. مسبب این حوادث ناگوار نیز همین جوانها هستند.

از مسوولان راهنمایی و رانندگی رشت تقاضا داریم نسبت به برطرف کردن این مشکل، اقدام لازم را انجام دهند.

آرمان

شما وقت را از دست نمی‌دهید، این وقت است که شما را از دست می‌دهد. • جین مولر

تماشاگه راز

زیر نظر: محمدرضا مهدیزاده

نمونه شعر نو

سفرنامه خیزران «۲»

پرچینی از صدف ناب
دیواری از سپیده
آن سوی دیوار
- از مکه تا مدینه -
آهنگ دلنشین قافله می‌آمد
بانگ درای قافله:
هیهای جبرئیل
در انتهای راه
رحلی شکسته بود
از لحن سوگوارش
خون مبین حنجره‌ای تازه می‌چکید
آن رحل خون‌چکان
گویا به شکل خاتم انگشت وحی...
نایم بریده باد!
تا بامداد حشر
- هنگام نشر تازه این داغ بند بند -
اندوه خیزرانی من
بی کرانه باد!

زنده‌یاد سیدحسن حسینی

نمونه شعر کلاسیک

همه حرف دلم

حرفها دارم اما... بزنم یا نزنم؟
با توام، با تو! خدا را! بزنم یا نزنم؟
همه حرف دلم با تو همین است که «دوست...»
چه کنم؟ حرف دلم را بزنم یا نزنم؟
عهد کردم دگر از قول و غزل دم نزنم
زیر قول دلم آیا بزنم یا نزنم؟
گفته بودم که به دریا نزنم دل، اما
کو دلی تا که به دریا بزنم یا نزنم؟
از ازل تا به ابد پرسش آدم این است
دست بر میوه حوا بزنم یا نزنم؟
به گناهی که تماشای گل روی تو بود
خار در چشم تمنا بزنم یا نزنم؟
دست بر دست همه عمر در این تردیدم:
بزنم یا نزنم؟ ها؟ بزنم یا نزنم؟

قیصر امین‌پور

پشت چله

نه به آن قشنگی که تو می‌گفتی
نه به آن زشتی که من می‌نوشتم
فقط ردپای دو نفر پیداست
از پشت چله زمستان

رویا زاهدنیا - لوندویل

عطر گل محمدی

آنان که
چشمها و شامه‌هاشان
لبالب از شب است و ابولهب
نور تو را
که فراتر است از هفت آسمان
نمی‌توانند دید
و عطر گل محمدی را
که خوشبوتر است از قلب عاشقان
نمی‌توانند شنید
ای مظلوم دیروز
در کوچه‌های جاهل مکه و مدینه
ای مظلوم امروز
در خیابانهای غافل نفرت و کینه
آنان که
دستها و استخوانهاشان
پوشیده از جهنم است و جهود
با آوازهای شوم
و صداهای بی‌تاروپود
هرگز نام مبارک تو را
از لبهای دنیا
نمی‌توانند ربود

محمدرضا مهدیزاده
۸۴/۱۱/۱۴

کبوتر

نگاهت را معطر کرده‌ای باز
دلم را شعله‌ورتر کرده‌ای باز
فضای گنبد تنهایی‌ام را
پر از بال کبوتر کرده‌ای باز

غم

صدایت از تب و از شعله‌ها تر
زلالی‌های چشمت داغ‌پرور
کجای کهکشانی؟ هر کجایی
بیا غم را به یاد من بیاور

شهرام رسولی - اقلید

چه فرق می کند؟

چشمهایم را
همچون ستارگان
در بامداد نیلوفران می بندم
خوابهایم را
در نجوای شبانه ماه و مرداب
پنهان می کنم
شانه هایم را
مثل روزهای بی تفاوتی
بالا می اندازم
و همچون سایه‌ای
از سالیان دور که در راه است
در میان زندگی ات می ایستم
واقعاً چه فرق می کند برای تو
اگر تاجی از زندگی بر سرم باشد
یا شبحی از مرگ
بر پیشانی بلند زندگی ام
خط بیندازد؟

* * *

تنها
ردپایی از اسب سرکش تو
برجای مانده است

رویا ولی‌زاده - تهران

دستان سرنوشت

آنکه برایم از محبت کم نمی گذاشت
سمت تماشای مرا مبهم نمی گذاشت
در سفره پیوستهٔ عشق و صداقتش
پیش دلم از مهربانی کم نمی گذاشت
بیدار هر شب تا سحر چشم انتظار من
او پلک‌های خسته را برهم نمی گذاشت
جز او کسی آن روزهای رنج و بی کسی
بر زخم‌های کهنه‌ام مرهم نمی گذاشت
سنگ صبور دردهای بی‌دوای دل
دل را به دست غصه ها یکدم نمی گذاشت

* * *

روزی که می‌رفت از برم ای کاش سرنوشت
این گونه مانع بر سر راهم نمی گذاشت
از دغدغه، دلواپسی درپیش پای دل
صد سنگلاخ پر زپیچ و خم نمی گذاشت
بار سفر می‌بستم و می‌رفتم از پی اش
تنها مرا با غصه عالم نمی گذاشت
اما چه می شد کرد که دستان سرنوشت
ما را جدا می‌خواست و با هم نمی گذاشت!

محمد رحیمی - رامهرمز

نمایش

صورتکها روی هر صورت
قصه‌های تازه می گویند از دنیا
و دیگر بار
واژه‌ای دیگر
به روی صحنه خواهد رفت
آری ما
باز هم درمیان دود و آتش
رنگها را روی کاغذ
به روی صحنه می آوریم
ما همه بازیگر یک نقش و یک رنگیم
بازی ما نقش پاییز است
و اینک باز هم باید
به روی صحنه رفت و قصه را آغاز کرد

مریم آب‌سالان‌زاده - دهلران

توضیح و پوزش:

شعر «شاید دوباره» که در تاریخ ۸۴/۱۰/۱۴ به نام دانیال رحمانیان از جهرم به چاپ رسید، متاسفانه سروده ایشان نیست و سروده سیدمحمد سیدزاده است که در تاریخ ۸۳/۴/۱۰ در همین صفحه به چاپ رسیده بود. ضمن پوزش از خوانندگان گرامی و آقای سیدزاده، انتظار داریم دوستان، شعر دیگران را به نام خود ارسال نفرمایند.

جوانه‌های ادبی

علیرضا سجادی - ری

این سطرها نشانه استعداد شما برای سرودن شعر است:
تازه و روان
چونان رودها
تو را می‌سرایم
و به سوی تو
می آیم
اگر موزون و مقفی شعر بگویید، در زمینه شعر سپید هم موفق‌تر خواهید بود.

نجمه احمدی - تهران

مهدی اخوان ثالث سالهاست که روی در نقاب خاک کشیده است. مجموعه اشعار او در بازار کتاب - بخصوص انتشارات مروارید - موجود است.

سیما هدایتی - اهواز

نیما در قالب کلاسیک هم شعر می‌سرود و درواقع آگاهانه قالب نو را برگزید. کتاب «بدعت‌ها و بدایع نیما یوشیج» نوشته مرحوم اخوان ثالث راهنمای خوبی برای شما خواهد بود.

رفعت احترامی - لاهیجان

قسمتی از سروده‌تان را با امید دریافت آثار بهترتان می‌خوانیم:
خورشید
کمتر از چشمان توست
و ماه
تاب نگاه کردن به تو را
ندارد

می روی

می‌روی
و یک شب پاره پاره
سهم من است
برای بدرقه نگاهت
تا پنجره می‌روم
پشت کوچه‌های عبورت
باران می‌شوم
تا خیالم
در باور بی‌تو بودن
نمیرد

رضا پنبه‌کار - جویبار

نه

نه آینه‌ای در دست دارد
نه آب
نه کتاب
نه قطره‌ای از آسمان در دل
جز کلماتی در دهان
که تا به زمین می‌رسند
تمام می‌شوند

منوچهر آتشک - رشت

شکوه

دلم آیینه در دست، ای دوست
تمام لحظه‌ها زرد است، ای دوست
ندارم با بهاران هیچ انسی
تمام روزها سرد است، ای دوست

رضا یوسف‌زاده تهرانی - فردیس

تنهایی

آن خون دلی که خوردم از تنهایی
آن رنج و غمی که بردم از تنهایی
بر کوه اگر دهی ز هم می‌پاشد
ای مرگ بیا که مردم از تنهایی

سیدهادی معصومی - قم

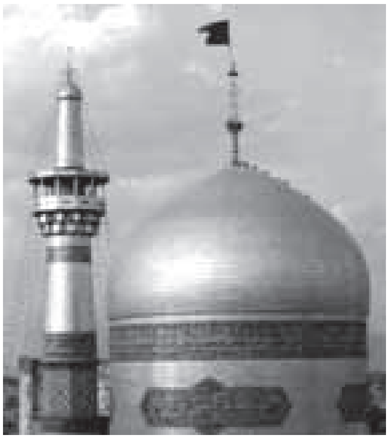
ترحم غالباً احساس درد خودمان است در دردهای دیگران. ●شفوکولد

در قلمرو داستان

نوشته: علیرضا رستمی - تهران

هدیه

غرق در هیجان آمیخته با شادی بود. پولی که دراختیار داشت زیاد نبود ولی خیلی اشیاء مختلفی می‌شد با آن خرید و همین موضوع باعث شده بود تا در انتخاب یکی از آنها مردد بماند. نظر به اینکه همسرش انسان فوق‌العاده حساس و باهوشی بود نوع هدیه را بیانگر دقیق احساسات وی قلمداد می‌کرد و این مطلب خود بر اهمیت موضوع می‌افزود. تمام موارد را بارها از ذهنش عبور داده بود ولی مثل اینکه یک مورد مانده بود که به ذهنش خطور نمی‌کرد. نیرویی برتر به او می‌گفت که عجله نکن و بیشتر تامل کن!



همین‌طور که از پنجره اتاقش در اداره به بیرون نگاه می‌کرد ناگهان جرقه‌ای در ذهنش زده شد. با سرعت لباس پوشید و ساعات آخرکار را مرخصی گرفت. شب وقتی به منزل رسید بعد از صرف شام پاکت نامه را پیش رویش گذاشت. بعد از چند دقیقه وقتی برق شوق را در چشمان همسرش دید فهمید که موفق شده و کاری را انجام داده که بهترین بوده! همسرش بعد از دیدن بلیط رفت و برگشت به پابوس آقا امام رضا با افتخار به او نگریست...

■

نوشته: امیر مهدی نورآقایی (بامداد) - چمازکنی - قائم‌شهر

روز بد

اگر دوستان و نزدیکان به گفتاری مغایر با شخصیت ذاتی‌ام باعث رنج من می‌شدند، برای تمدید اعصاب به پارک نزدیک خانه می‌رفتم و در گوشه‌ای بروی نیمکت می‌نشستم تا راهی برای گریز از رنجی که آزارم می‌داد بجویم، اما این بار عامل رنجش من مادرم بود که به سر و وضع من گیر داده و شیک‌پوشی را «جلفی» تلقی می‌کرد و دوستم «ندا» را باعث تغییرات سر و وضعم به حساب می‌آورد و مرا نیز به پرهیز از دوستی با او سفارش می‌کرد در صورتی که ندا دوستی شفیق و بامحبت بود و هست. لذا بار دیگر که در تنگنای هجوم بی‌دلیل صحبت‌های مادرم کمافی‌السابق در رنج و عذاب بودم و تالمات روحی بر دوشم سنگینی می‌کرد به پارک رفتم و در گوشه‌ای بروی نیمکت همیشگی خود نشستم تا راهی بجویم و پاسخی شایسته به گفتار و اندیشه‌های مادرم بیابم که پسر جوانی نقطه خلوت برای نشستن را در ازدحام جمعیت حاضر در پارک، نیمکتی را که من نشسته بودم انتخاب کرد و در گوشه‌ای از آن نشست. هنوز دقایقی نگذشته بود که گفت: سلام، چطوری؟ و بعد از مکثی کوتاه گفت: خوبی عزیزم؟ به گفتارش اعتنایی نکردم و صورتم را به سوی دیگر برگرداندم، ولی پسر جوان انگار ول‌کن نبود که باز در ادامه گفت: دیدنت برای من زیباترین لحظه است، من که از گفته‌های مادرم کلافه و دلگیر بودم، دیگر توان تحمل اراجیف این پسر سمج را نداشتم، بنابراین برای جلوگیری از ادامه گفتارش سرم را بالا گرفتم و با غرور خاصی گفتم: خفه شو پسر آسمون جل، مگه خودت خواهر و مادر نداری؟

هنوز حرفم را به پایان نبرده بودم که پسر با گفتن «مینو جون گوشی خدمتت باشه، سرش را بطرفم چرخاند و به چشمانم نگریست. در این لحظه خشکم زد و از اشتباهم به لکنت افتادم، زیرا بدون توجه به موقعیت خودم و آن جوان، به وی توهین کرده بودم، چرا که در گوش جوان مزبور «هندزفیری» بود.

■

نوشته: محمدرضا شاهد - سورک

جک

سر ظهر بود و باران به شدت می‌بارید. انگار در خیابان خاک مرده پاشیده بودند به آرامی از آژانس بیرون آمد و به پرایدی که کنار جدول چپ کرده بود نزدیک شد تا فکرش را عملی کند. لحظه‌ایی با خود اندیشید آیا ارزشش را دارد؟ هوای نفس بر او غلبه کرد و با عملی کردن فکرش به داخل آژانس برگشت از اینکه کسی او را ندید خوشحال بود. استکانی چای برای خودش ریخت و جلوی چراغ نشست. هنوز استکان را به لبش نبرده بود که تلفن زنگ خورد. با اضطراب گوشی را برداشت. باورکردنی نبود، شخص ناشناسی از او به خاطر احساس مسوولیت‌ش در حفظ اموال مردم تشکر می‌کرد. با این جمله پیش خودش خجالت کشید و جکی را که برداشته بود به آرامی سر جایش برگرداند.

■

نوشته: عماد مرادی

نوش جونت

زیر اون آفتاب گرم، وسط خیابون نشسته بود روی زمین. حتی نای اینو نداشت که بزنه توی سر خودش!

فقط می‌گفت: بردنش... بردنش... جواب اداره‌رو چی بدم؟؟؟!

همین‌طوری گیج و سرگشته توی خیابون می‌چرخید. به عقلش هیچ کاری نمی‌رسید. که یه دفعه ماشینشو اون طرف خیابون دید.

با چه سرعتی خودشو به ماشین رسوند. داد می‌زد: خدایا شکرت...

همه‌جاشو دید. فقط ضبطش نبود. گفت: اشکالی نداره... نوش جونت!

■

نوشته: کلثوم قائدی از لارستان استان فارس

آینه

نگاهم می‌کرد، نگاهش نمی‌کردم، فقط احساس می‌کردم مرا می‌پاید. تمام حواسش به من بود. با خود فکر کردم شاید چیز دیگری توجهش را جلب کرده که در مسیر حضور من قرار دارد. سرش را بالا گرفته بود و به لب‌هایم زل زده بود، خم شدم، حواسم به او بود وقتی ایستادم هنوز هم نگاهم می‌کرد، سمت راستم نشسته بود و گردنش را کج به طرفم گرفته بود. نشستم، گردنش را پایین آورده و باز هم محو تماشای من بود. طاقتم را از دست داده بودم می‌خواستم بپرسم: «چرا اینقدر منو نگاه می‌کنی» اما نمی‌شد! حواسش فقط به لبهای من بود که تند و آرام می‌جنبید دفعه آخری که نشستم با لحن کودکانه‌اش گفت: خاله جون میشه بلندتر پچ پچ کنی» خنده‌ام گرفت. وقتی سرم را به طرفش چرخاندم و سلام نماز را دادم، با خوشحالی روی جانماز ایستاد و گفت «خاله جون، حالا نوبت منه که با خدا پچ پچ کنم».

■

دو داستان از: رقیه آدینعلی - ۱۶ ساله از قزوین

آرامش

مرد با صدای الله اکبر از خانه بیرون آمد سرش را به دیوار می‌کوبید و فریاد می‌زد بچه‌ها فرار کنید خمپاره زدند نایستید. زخمی‌ها کمک لازم دارند الله اکبر. حاجی، کمک می‌خواهیم اما در آن سوی دیوارها یکی گفت باز این دیوانه شروع کرد. من نمی‌دانم این دکترها چکار می‌کنند؟ و دیگری گفت: اه... ممکن است بچه بیدار شود این دیوانه آرامش ما را سلب کرده و در جلوی یک در: زنی با چشمان گریان به شوهرش که ذره ذره می‌سوخت و می‌شکست نگاه می‌کرد و به یاد آن روزها می‌افتاد که او با شتاب به سوی جبهه می‌رفت و می‌گفت این مردم آرامش می‌خواهند و این وظیفه‌ی ماست که این آرامش را بیاوریم.

زیبای خفته

اه... چقدر زمان کند می‌گذرد، چقدر انتظار بکشم پس این بچه کی به دنیا می‌آید؟ اگر به دنیا بیاید آن وقت چه کارها که نمی‌کنم. از همون بچگی بهش کار کردن یاد می‌دهم. می‌خوام مثل خودم بشه، پرتلاش و کوشا. در همین فکرها بود که قابله از طویله بیرون آمد. دستی به سر گاو ماده کشید و گفت: مبارک باشه، بچت خیلی خوشکله. گاو نر از خوشحالی سر از پا نمی‌شناخت. چند بار بالا و پایین پرید و بعد با سرعت به داخل طویله رفت کنار گاو ماده ایستاد و آن دو با هم به کودکشان که در زیبایی نظیر نداشت نگریستند و گاو کودک هم برای قدردانی از این نگاه محبت‌آمیز با صدای ما... ما... دل پدر و مادرش را شاد کرد.

■

نوشته: ؟؟؟

آدم‌ها

مرد اول: این یارو قیافه‌اش بدجوری ضدحال می‌زنه، تو راسته کار ما نیست؛ حالا اون سبیل‌های پت و پهنش به کنار، زیاد مهم نیست، اما هیکلش می‌خوره بدجوری کنفتمون کنه، هرچی «ماهیچه - پاهیچه» است جمع شده تو هیکل این یارو، عجب بابا! بزار یه کم درست والیم نزنه چیمون کنه، کاره دیگه...

○○○

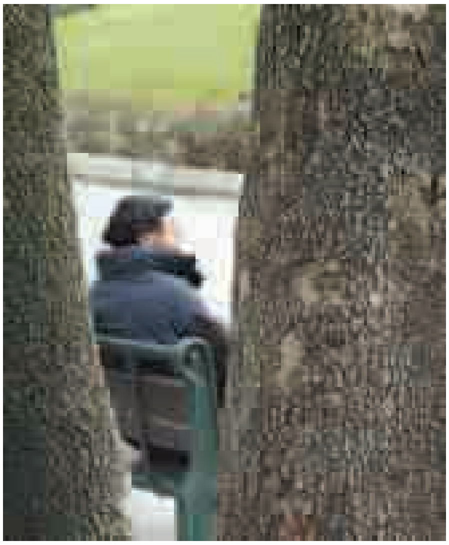
مرد دوم: نه بابا، اینم به درد کار ما نمی‌خوره. هرچند که دماغشو بگیری لنگاش سیخ می‌شه اما این از اوناست که جلوش «پخ» کنی، زنگ می‌زنه ۱۱۰. با اون موبایل کذایی‌اش که گردنبندش کرده و با اون قیافه زفرتی و اون هیکل «ریقو»ش... اصلاً می‌گم نکنه الکی گیر بده به ما، زنگ بزنه ۱۱۰؟ قیاقه‌مون که غلط اندازه، بذار سرمون‌رو بندازیم پایین بره پی کارش، شر نشه یه وقت...»

○○○

«آها، به گمونم خودشه؛ دشت امروزمون اومد، نیگاش کن، از اونابیه که مورچه گازش بگیره، می‌ره. دقیقه‌ای بعد، دو مرد که یکی قوی هیکل بود و دیگری ضعیف، به سرعت از هم دور شدند.

■

نوشته: حدیث رستمی - ۱۵ ساله از کوهدشت



اعتراف

درحالی که اشک تمام گونه‌شو خیس کرده بود، ادامه داد: می‌خوام اعتراف کنم تو این دنیای بی‌رحم فقط به امید تو زنده‌ام. اصلاً می‌دونی چیه؟ زندگی بدون تو برام معنایی نداره. نمی‌دونم دوسم داری یا نه، ولی یه چیزی ته دلم بهم می‌گه که دوسم داری، اصلاً اگه دوسم نداشتی که اینجا نبودم. خودت خوب می‌دونی که من عاشقتم.

زهرا تا اینو گفت گریه امانشو برید و صدای هق هقش تمام فضای اونجارو پر کرد. پس از چند لحظه که آروم‌تر شد دوباره ادامه داد: آره، من عاشقتم خداجون. تورو به حق این قرآن و این مسجد منو به حال خودم رها نکن و هیچ وقت تنهام نذار.

■

◆ **زهرا محمدی - اصفهان**

داستان «ایمان» شما را خواندم، داستان بدی نبود، نثرتان هم شسته و رفته بود و پیداست که اهل مطالعه هستید، اما افسوس که سوژه آن خیلی تکراری بود. مطمئن هستم در آینده از شما داستانهای زیباتری به دفتر مجله ارسال می‌شود.

◆ **مریم اکبری - از محلات**

داستان «دعا» را خواندم. منظور از این داستان این بود که بگویید دعای پدر چه کارها که نمی‌تواند بکند، که سوژه ارزشمندی است، اما اغراق در این داستان بیداد می‌کرد. در قسمتی از آن نوشته‌اید که: در یک تصادف داخل شهر، تمام مسافران اتوبوس شرکت واحد، جان خود را از دست دادند!!

◆ **نگین پورانصاری - از تهران**

امیدوارم همیشه سالم و موفق باشید، خانم «هـ - پ...»؟ شما دیگر چرا؟ کسی که کتاب می‌نویسد، شعر می‌سراید و سالها قصه‌نویسی می‌کند که دیگر نباید برای حضور در مسابقه داستان‌نویسی، چنین کاری را انجام دهد که دو داستان را با دو اسم مختلف - که دومی آن به نام نگین پورانصاری بود - بنویسد؟ مطمئن باشید اگر شما نبودید و برایتان احترام خاصی قائل نبودم، با همان اسم واقعیتان جواب شما را می‌نوشتم!

در ضمن یادتان باشد اگر بار دیگر خواستید این کار را تکرار کنید، اولاً دستخط خود را تغییر دهید، ثانیاً هر دو نامه را پشت سر هم داخل صندوق پست نیندازید، و ثالثاً که از همه مهمتر است، لااقل آدرس منزلتان را تغییر بدهید!!

◆ **حمیدرضا سهرابی - مسجدسلیمان**

داستان «هنرپیشه» شما را خواندم. نمی‌دانم چرا؟ ولی چند ماهی است که داستان‌های ارسالی شما، نمره پایینی می‌گیرد! حالا یا اینکه روش مطالعه خود را عوض کرده‌ای یا سبک نوشتاری جدیدی را می‌خواهی دنبال کنی، یا...؟ نمی‌دانم دلیل آن چیست اما هرچه هست اصلاً نتوانستم باور کنم که این داستان را تو نوشته باشی! اگر می‌خواهی همچنان روال رو به موفقیت خودت را در داستان‌نویسی دنبال کنی، سعی کن روش فعلی را تصحیح کنی. منتظر داستان‌هایی شبیه آنچه که یکسال قبل ارسال می‌کردی، هستم.

◆ **آرام برادران**

داستان «اشک» را مطالعه کردم، تنها نکته قابل توجه و مثبت این داستان، نثر روان و شسته و رفته آن است! نکته‌ای دیگر که لازم به ذکر است؛ بحث معجزه در داستان شماست، اینکه آیا دعاهای «مادر» باعث بینا شدن چشمان فرزندش شده است یا علم جدید پزشکی؟ این موضوعی بود که در داستان شما مشخص نیست. از همه اینها گذشته، بحث تکراری «معجزه» نیز مشکل بعدی داستان شماست، حتی معجزه نیز باید براساس حوادث منطقی باشد نه رویدادهای احساساتی!

راز موفقیت در زندگی این است که وقتی فرصت آمد، انسان برای استفاده از آن کاملاً آماده باشد.
● دیسوائیلی

معجزه طبیعت

قابل توجه خوانندگان گرامی

هر نسخه ارائه شده تنها مخصوص نوع پوست، مو و... فرد متقاضی است، بنابراین عواقب استفاده دیگران از آن به عهده نویسنده نمی‌باشد.

به کوشش: لیلا زارع

چهارشنبه‌ها ۱۱/۳۰ - ۱۳/۳۰ تلفن: ۲۹۹۹۳۴۳۵

Leilazare 2006 @ Yahoo.com

ایمیل‌های رسیده

خانم سارا آقایی از تهران - آقای نیما - آقای جواد عباسی از مشهد - خانم واحدی از مشهد - خانم طاهره میرزایی - خانم سارا از آذرشهر - خانم زهره خوشبخت - آقای م.ج از قوچان - خانم نگین از رشت - خانم معصومی از تهران - خانم شیرین نیک‌نفس از تهران - آقای امیدی چموشی از تهران - خانم آرزو سجادیان - خانم ف. م از لاهیجان - خانم نیوشا مولایی از ؟ - خانم ترانه.ک از مشهد - خانم فاطمه. الف از تهران - خانم مریم از ؟ - خانم فاطمه استادرحیمی از تهران - خانم پری - آقای مرتضی.س از کرمان - آقای محمد رسولی - آقای امین موسوی از اصفهان - خانم مریم معینی‌فر از کرمان - خانم س.م از زرند - آقای شرفی از بندرعباس.

از همگی شما دوستان سبز ایمیلی سپاسگزارم و به زودی جوابتون‌رو می‌دم...

پاسخ به ایمیل‌ها

خانم آذر صادق کیا از رامسر

سلام عزیزم! خوبی خانمی؟... امیدوارم از کار خونه و شوهرداری هیچ وقت خسته نشی و اما در جواب مشکلات شما باید بگم ۱ـ شوهر شما می‌تونن از قرصهای مخمر آبجو، قرص ماهی، پودر جنرال تونیک که بارها گفتم استفاده کنن تا چاق بشن. ۲ـ برای کاهش فشارخون هم سیررو رنده کرده و در ماست ریخته و یکساعت بعد از صبحانه میل کنن اما برای بو نگرفتن دهان بجای اینکه سیر جویده بشه باید قاشق قاشق اون‌رو قورت بده در ضمن خوردن یک‌چهارم گریپ‌فروت هم در طی روز موثره. ۳ـ شما برای لاغر شدن می‌تونی از قرص یا کپسول سرکه سیب استفاده کنی. ۴ـ برای تقویت موهای دخترت سرش‌رو با صابون رزماری بشوی. ۵ـ خواهرت هم صورتش‌رو با صابون جوانه گندم بشوید و شما هم می‌تونی از این صابون استفاده کنی. ۶ـ شما برای رفع ریزش موهات از محلول قزل‌گون که به همه توصیه می‌کنم استفاده کن. موفق باشی.

خانم مریم سلیمانی مقدم از تهران

دنیا سلام! تو یه جمله می‌نویسم و می‌گم دوستت دارم بهترینم و خداحافظ زندگی...

خانم آرامش ۵۵۵

سلام عزیزم! خوبی؟... در جواب سوال شما باید بگم بله دونستن محل زندگی هر شخصی برای من مهمه مثلاً خانمی که از جنوب کشور نامه می‌نویسه و ضدآفتاب می‌خواد و خانمی هم از شمال کشور نامه می‌ده و اونهم ضدآفتاب می‌خواد. نسخه این دو فرق می‌کنه اونهم بخاطر شرایط آب و هوایی. امیدوارم با این جواب قانع شده باشی.

خانم فاطمه عسگری

سلام خانمی! شما برای برطرف کردن خشکی پوستت ۱ـ از کرم ۱۰۱ خیار استفاده کن ۲ـ صورتت‌رو با صابون گل ختمی بشوی ۳ـ برای تقویت ابروهات از روغن فندق سوخته استفاده کن ۴ـ پنک‌کیک‌های چرب مناسب پوست شماست.

خانم ناهید

سلام عزیزم! شما برای پوستتان از صابون جوانه گندم استفاده کن. برای دانه‌های سرسیاه آب نارنج رو بگیر با ۵ ق.غ گلاب مخلوط کن و روزی یکبار به صورتت بمال و بیست دقیقه بعد بشوی، برای رفع جوش‌ها پیش پزشک متخصص زنان برو و ببین عفونت داری یا نه؟ بعد نتیجه‌رو به من بگو. سرافراز باشی.

خانم بهاره -م - پ - ز

سلام عزیزم! شما صورتت‌رو با صابون جوانه گندم بشوی، برای رفع جوش سرسیاه به جواب خانم ناهید رجوع کن. برای رفع لکه‌های پوستت یک عدد خیاررو رنده کن و با نصف‌لیوان شیر مخلوط کن و بعد از پنج ساعت صافش کن و روزی یکبار به صورتت بزن و ۲۰ دقیقه بعد بشوی در ضمن باید صبور باشی چون لکها خیلی مقاوم هستن و دیر برطرف می‌شن. پاینده باشی.

خانم ک - ستایش از شیراز

سلام بهترینم! شما هم از صابون جوانه گندم استفاده کن ۳ تا ۴ هفته کپسول آموکسی‌سیلین هر هشت ساعت یک عدد با آبمیوه میل کن. برای درمان جای جوشهات هم به جواب آقای رضایی رجوع کن. مستدام باشی.

خانم مائده تکاپویی از مشهد

سلام خانمی! شما برای رشد موهات از صابون رزماری استفاده کن و محلول رزماری‌رو هم به سرت بزن. صورتت‌رو با صابون جوانه گندم بشوی، کپسول آموکسی‌سیلین‌رو ۴ تا ۵ هفته هر ۸ ساعت یک دانه میل کن بعد نتیجه‌رو به من اطلاع بده. سربلند باشی.

خانم نگین خانزاد

سلام نگین جان! از اظهار لطفت سپاسگزام و باید بگم منم دوستت دارم مراقب خودت باش زیبایم.

خانم فاطمه استادرحیمی از تهران

سلام همیشه همراه! از اظهار لطف تو هم سپاسگزارم و امیدوارم همیشه خوش و سلامت باشی. از طرف من دختر گلت‌رو ببوس. برقرار باشی.

نامه‌های رسیده

خانم ندا احمدی‌کیا از ایلام - خانم منیر شاهرخیان از تهران - آقای آ.پ از یزد - خانم فریبا نادری از استان کرمان - خانم زیبا نجف‌آبادی از اصفهان - خانم مهسا.ر از فارس - آقای احمد صابری از قوچان - خانم ع.ر از اسفراین - آقای ذکریا آقابابایی از گرگان - خانم هستی ایمان‌زاده از اهر - خانم عاشق کوچک از کاشان - خانم صبورا از اصفهان - خانم زهرا مترجمی از جهرم روستای جزه - خانم زهره متین از استان فارس.

پاسخ به نامه‌ها

◀ خانم م - ح از لنگرود

سلام نازنینم! خوبی؟... در جواب تو عزیز باید بگم ۱ـ برای سیاهی زیر چشمت از قرص آهن استفاده کن ۲ـ جویدن آدامس برای تمدد اعصاب مفید است ۳ـ برای رفع لک جوش به جواب خانم شاهرخیان (شماره‌های گذشته) رجوع کن ۴ـ مراقب خودت باش و منم ترو دوست دارم. سبز باشی.

◀ خانم زهرا مترجمی از جهرم روستای جزه

بهترینم سلام! خوبی خانمی قشنگم؟ نامه پر از مهرت به دستم رسید و لازم دیدم بگم من ترو واقعاً خواهر خودم می‌دونم. چون اسم تنها خواهرم نیز مثل اسم زیبا و مبارک توست. راستی جواب معمایی که برات نوشتم چندان چندان هم مشکل نبود چون بچه وقتی به دنیا می‌یاد دندون نداره که بخوای بدونی رنگش چیه؟!!!! از لطیفه بانمکت هم سپاسگزارم، مراقب خودت باش.

◀ خانم زیبا نجف آبادی از اصفهان

زیبا سلام! خوبی عزیزم؟ نامه‌ات به دستم رسید و به جراءت می‌تونم بگم از ته دل خندیدم البته خودت بهتر از هر کسی می‌دونی که کلی جسارت و توهین همراه نامه‌ات بود ولی من متوجه نشدم تو که تا این اندازه شهامت داری پس چرا آدرست‌رو اشتباه نوشتی؟!... در هرحال امیدوارم هر جا هستی صحیح و سلامت و خوش باشی و خداوند بزرگ که شاهد بر اعمال و رفتار ماست... پاداش نیکویی بهت بده (انشاءالله) باز هم منتظر نامه‌ات هستم.

◀ خانم پگاه زارع از تهران (۱۴ ساله)

پگاهم سلام! خوبی عزیزم؟... اول از اظهار لطفت سپاسگزارم و بعد جواب مشکل تو عزیز ۱ـ برای سفیدی دندان می‌تونی پودر دارچین‌رو بر روی خمیردندانت بریزی و به دندانهات بمالی ۲ـ ضدآفتابی که نام بردی من در موردش اطلاعی ندارم، اما یکی از اقوام که این کرم‌رو استفاده می‌کنه خیلی راضیه ۳ـ پوست سبزه روشن نمی‌شه ۴ـ برای رشد ناخن‌هات یک ق.غ پودر زاج‌رو در یک لیوان آب حل کرده و روزی چند بار و هر بار به مدت ۵ دقیقه ناخن‌هایت را در اون قرار بده ۵ـ برای کوچک کردن شکم هم می‌تونی از قرصهای سرکه سیب که بارها گفتم استفاده کنی، بعد هم شبها شام نخور تا شکمت کوچیک بشه، خیلی زوده که تو از الان بخوای چاق بشی پس مراقب اندامت باش. خیلی دوستت دارم دختر کوچولوی ناز. شاد باشی.

◀ آقای احمد صابری از قوچان

خدمت شما برادر گرامی سلام عرض می‌کنم و در جواب لطف شما و راهنمایی‌هایتان باید چند نکته‌رو بگم ۱ـ علامتهایی که معنی و مفهوم دوگانه‌ای دارند و وقتی به‌طور مثال علامت تعجب مقابل سلام قرار می‌گیره به معنی توجه و ندا است. ۲ـ افرادی که نام بردی از همکاران و دوستان محترم بنده هستن که براشون احترام قائل هستم و اگه می‌بینید اسم اونها تکرار می‌شه به خاطر تراکم نامه‌های آنهاست و بس ۳ـ در مورد سوال سومت دلیلی نمی‌بینم که توضیح بدم ۴ـ من سعی می‌کنم لحن گفتاری و نوشتاریم یکی باشه اما در مورد خوب یا بد بودن اون دیگران باید قضاوت کنن.

معرفی کتاب

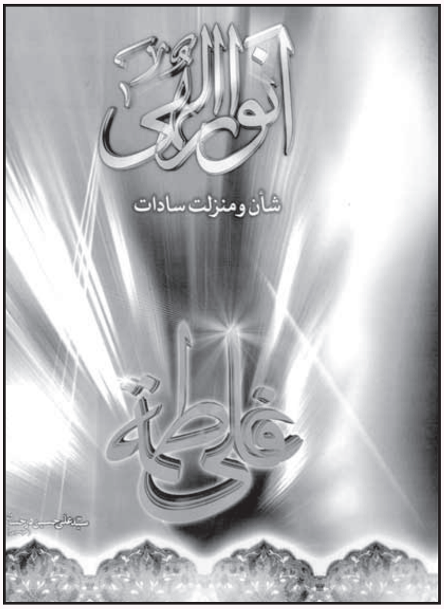
انوار الهی

(شأن و منزلت سادات)

کتاب انوار الهی (شأن و منزلت سادات) توسط محقق گرانقدر سیدعلی حسین درخشان (موسوی سیدصالح) به رشته تحریر درآمده و اخیراً انتشار یافته است.

این کتاب توسط مرکز فرهنگی - انتشاراتی «شبر» در ۴۵۶ صفحه در دسترس علاقه‌مندان خاندان عصمت و طهارت(ع) قرار گرفته است.

کتاب مذکور در شمار معدود کتاب‌هایی است که به صورت مستند به تشریح شرافت نسب اهل بیت عصمت و طهارت، شرح زندگی نیاکان، آیات و روایات گوناگون در شأن حضرت علی(ع) و ویژگی‌های آن حضرت و... پرداخته است.



در بخش‌هایی از این کتاب می‌خوانیم:

شگفتی در نهج‌البلاغه: مجموعه نفیس و زیبای نهج‌البلاغه که اکنون در دست ماست و روزگار از کهنه کردن آن ناتوان است و گذشت زمان، ظهور افکار و اندیشه‌های نوتر و روشن‌تر، مرتب بر ارزش آن می‌افزاید، منتخبی از خطابه‌ها، دعاها، وصایا، نامه‌ها و جمله‌های کوتاه حضرت علی(ع) است.

چه کتابی است که معنای زندگی را مانند نهج‌البلاغه توضیح داده و درد و درمان آن را مشخص کرده و حقیقت آن را، چنان که هست بفهماند؟ آیا می‌توان در غیر نهج‌البلاغه مفهوم زندگی و مرگ اسرارآمیز را دریافت؟

سخن گفتن حضرت فاطمه(س): روزی پیامبر وارد خانه حضرت خدیجه شدند، شنیدند که حضرت خدیجه با کسی حرف می‌زند. پیغمبر اکرم فرمودند: با چه کسی حرف می‌زنی؟ خدیجه عرض کرد: این جنین که در رحم دارم، با من حرف می‌زند و مرا به صبر توصیه می‌کند.

کتاب انوار الهی (شاءن و منزلت سادات) با قیمت چهار هزار و پانصد تومان در دسترس شیفتگان خاندان عصمت و طهارت(ع) قرار دارد.

پرهام علیخان
دانش‌آموز کلاس اول ابتدایی مدرسه رازی منطقه ۳ تهران در سال تحصیلی ۸۵-۸٤ با معدل ۲۰ شاگرد ممتاز شناخته شده است.
با تشکر از اولیاء محترم مدرسه مخصوصاً سرکار خانم ذکائی

سینا ذکایی علمداری
دانش‌آموز کلاس اول ابتدایی مدرسه غیرانتفاعی مولوی در سال تحصیلی ۸۵ - ۸٤ با معدل ۲۰ شاگرد ممتاز شناخته شده است.
با تشکر از اولیاء محترم مدرسه مخصوصاً سرکار خانم فریبا شبان و مدیر مدرسه سرکار خانم کهندل

آموزشگاه آرایش مردانه اقبال
آرایشگر حرفه‌ای شوید زیر نظر داور المپیاد کشور
دیپلم بین المللی ـ لحیم مو ـ کوپ با تیغ ـ مدل‌های روز ـ فر، صاف پیتاژ ابرو و مو
گریم زیبائی حرفه‌ای با مدرک از اروپا ـ رنگ موی تخصصی ـ انواع مش ـ با خوابگاه
۰۲۱-۵۵۶۵۳۳۲۸ ۰۲۱-۵۵۶۵۳۴۵۶

واگذاری واحدهای آپارتمانی
با شرایط تمام اقساط
علاقمندان جهت کسب اطلاعات بیشتر درخواست خود را با ذکر شغل به آدرس تهران صندوق پستی ۱۳۱۸۵-۵۸۱ شرکت آرمان پارس ارسال نمایند.
آدرس: شهرک اندیشه ابتدای فازیک ساختمان ستاره آبی واحد ۱۰ تلفن: ۳۳۳۷۵۰۶-۰۲۸۱

قنادی تیفانی
با بیش از ۴۵ سال سابقه کار
شبهای شادی با کیک و شیرینی های تیفانی
WWW.TIFFANY BAKERY.Com
آدرس :خیابان بهبودی نبش نصرت ۶۶۰۴۲۹۷۹ ـ ۶۶۰۳۳۸۱۶ فاکس :۶۶۰۳۸۹۳۳
تیفانی در تهران و ایران هیچ شعبه‌ای ندارد

خانه موی ایران
خانه موی ایران شعبه ندارد

◇ اولین موسسه ترمیم مو در ایران
◇ روش تین اسکن از آمریکا
◇ زیر نظر متخصص ترمیم مو از کانادا
◇ از یکصد تار مو تا یکصد هزار تار مو
◇ بدون عمل جراحی
نشانی : ولیعصر، جنب سینما آفریقا، طبقه سوم
تلفن : ۸۸۸۰۰۲۸۰-۸۸۹۰۸۴۲۳
۸۸۸۹۳۱۲۳-۸۸۸۹۹۸۲۸
Email:khaneh_e_moo@Hotmail.com

قطع ریزش موی سر در یک هفته
رشد موهای ریخته شده و ضخیم شدن تارهای مو با تضمین
گیاه درمانی بهگل [زرین]
۲۲۵۳۶۲۰۸-۲۲۳۰۲۰۱۹
۰۹۱۲۲۷۹۹۹۲۴

اطلاعات هفتگی
تلفنی آگهی می‌پذیرد
۲۲۲۲۳۵۰۷

دین برای فراغت خاطر و آرامش خیال بیشتر از آنچه بتوانیم تصور کنیم مفید است. ●مرد آویبوری

جدول شرح و متن

اثر برتراند راسل انگلیسی

نویسنده روح القوانین

کشوری در آمریکای مرکزی

مرکز ایتالیا

نوعی حلوا

آهن ترکی

اثر گوگول

قهرمان ملی آفریقای جنوبی

آلیاژ قلع و سرب و مس

قدرت و طاقت

عالم کیمیای جدید

رودی در جنوب کشور

دریانورد پرتغالی قرون ۱۵ و ۱۶ میلادی

استخوان پوسیده

عدد هندسی

ایالت جنوبی آمازونی

علامت کارخانه

خسارت

خرید عرب

بیماری پا

پرنده شکارگیر

خراشیدگی جزیی

گردش و سیاحت

وسیله نجاری

از صفات خداوند

شهری در سمرقند قدیم

از غزوات صدر اسلام

فرش پشمینه

مرجمک

کشتی جنگی

تمدنی در بین النهرین

درخشنده

فلز هادی

اسب سفید

اثر ساراماگو

رود برعکس

جمع نسر به معنی عقابها

ابزار روز مبادا

حرف بیهوده

گلخن حمام

گرانبها

نام قدیم نیویورک

دوستدار علم

ستاره‌ای در دب اصغر

برابر و هم‌وزن

از اجزای نماز

ساز و برگ و زین اسب

سازی ضربی

خواب دیدن

اولین شهید اسلام

مفصل استخوان

قبیله حاتم

نوعی آبگوشت

آزمندی

امپراتور قدیم ایتالیا

جمع جنت به معنی بهشت

کاکل اسب

واژگون و سرازیر

رایج بودن

کوشش

عدد تیم فوتبال

یکی از قبایل ترکمن

انبار کشتی

آهارزننده

زیارت مکه معظمه و خانه خدا

چهلمین رئیس جمهور آتازونی

چشمه‌ای در بهشت

بیماری رابرت کخ

پزشک مخصوص فرعون مصر

دست عامیانه

گشنیز کوهی

فرعون بزرگ مصر

اولین نت موسیقی

فکر و اندیشه

جای دزدان و راهزنان

دشمن قهار

جوانمرد

فوتبالیست ایتالیا و آ.ث.رم

پنج ترکی

نوعی کاغذ

تپه و پشته

قطار

هسته انگور

آشتی‌جویی

جزیره‌ای در دریای خزر

پراکندگی

علامت جمع فارسی

مادر ورزشها

نفی عرب

سرپوش مردانه و زنانه

حیوان مذکر

دریای عرب

پرده حاجز قلب

حل جدول شماره ۳۲۱۶ در صفحه ۵۵

طراح: علی جواهری‌فر - تهران

اسامی برندگان جدول شماره ۳۲۱۶

ازبین عزیزانی که هر هفته جدول مجله را صحیح حل کرده و به دفتر مجله ارسال نمایند. دو نفر به قید قرعه انتخاب و به هر یک هدیه‌ای به رسم یادبود تقدیم می‌گردد

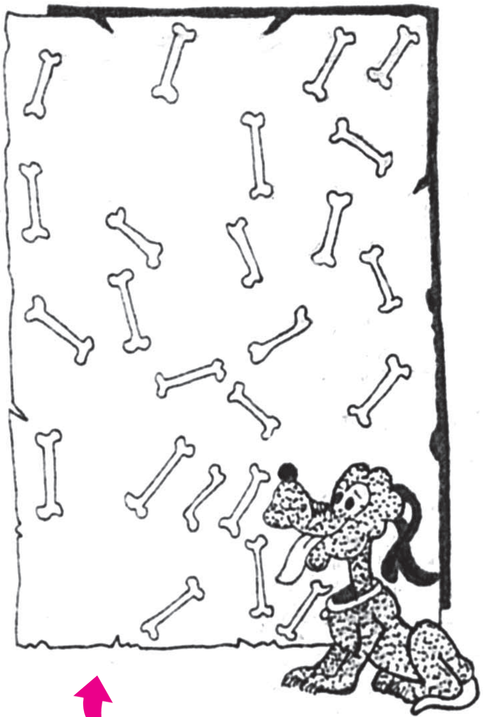
۱- روزبه اسدی - هشتگرد

۲- پروانه اکبری - تهران

جوایز برندگان مستقیما به آدرس آنها ارسال خواهد شد

با هوش خود
کلنجار بروید

سیروس گنجوی



تقسیم استخوان!

این جانور شکمو، می‌خواهد یک تنه تمام این استخوانها را بخورد، اما به جز او سه سگ دیگر هم هستند که باید از این استخوانها تغذیه کنند. آیا می‌توانید با ترسیم دو خط مستقیم، این استخوانها را به چهار قسمت مساوی تقسیم کنید تا سهم هریک محفوظ بماند؟

آیا می دانید؟

معلومات عمومی خود را با این ۵ پرسش آزمایش کنید:

۱ـ شهر سینمایی ایتالیا که مرکز فیلمسازی «رم» می‌باشد چه نامیده می‌شود؟

۲ـ تخت طاقدیسی نام تخت کدام پادشاه ایران بود؟

۳ـ «پیتون» یا با تلفظ خارجی، «پایتون» چه جانوری است؟

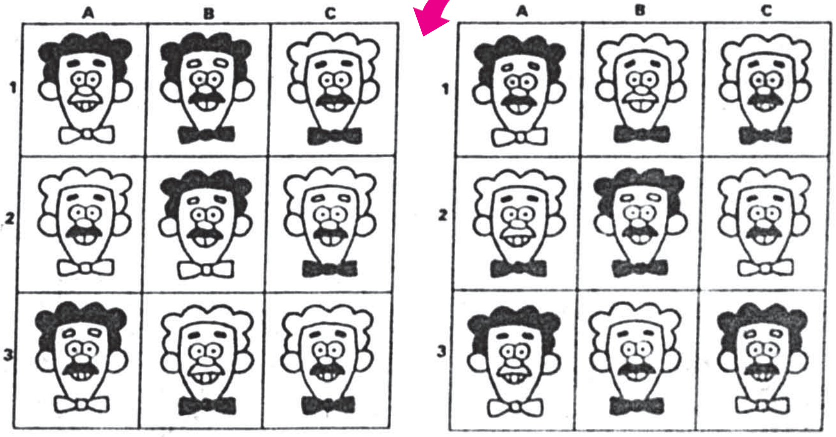
۴ـ «پلی‌گامیست» به چه کسی گفته می‌شود؟

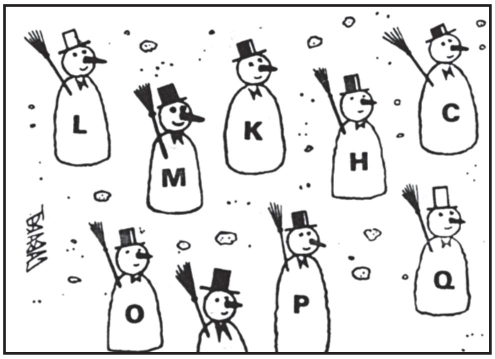
۵ـ کدام یک از پادشاهان انگلستان «پادشاه دریانورد» لقب گرفته بود؟

جای کدام چهره خالی است؟

در هر کدام از این دو مربع بزرگ، ۹ چهره دیده می‌شود که انگار همگی با هم ۹ قلو هستند! اما اگر کمی دقت به خرج دهید و چهره‌های دو مربع را با هم مقایسه کنید متوجه می‌شوید که یکی از چهره‌ها در مربع سمت راست دیده نمی‌شود و به جای آن چهره تازه‌ای جایگزین شده است. آیا می‌توانید این دو چهره را درمیان این ۱۸ تصویر پیدا کنید؟ برای راهنمایی شما می‌گوییم که به رنگ موی سر، سبیل، ابرو، پاپیون، و حتی دندان آنها توجه کنید تا چهره‌های موردنظر را زودتر بیابید.

برای مثال، تصویر خانه A1 در مربع سمت چپ را می‌توان در خانه A3 از مربع سمت راست یافت. بقیه را خودتان با کمی دقت و حوصله پیدا کنید.



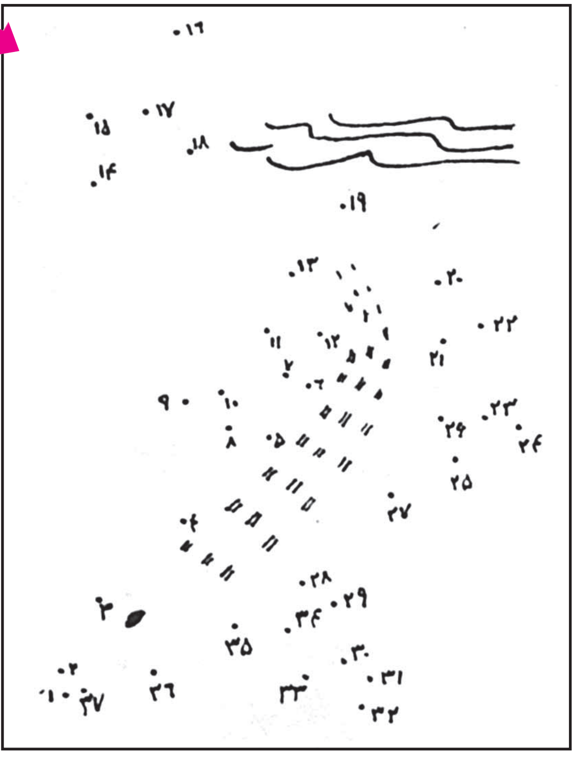


آدم برفی های دوقلو!

هرچند این آدم برفی‌ها، در نگاه اول شبیه یکدیگر به نظر می‌رسند، اما اگر خوب دقت کنید می‌بینید که چندان هم به هم شبیه نیستند. فقط دوتا از آنها دوقلو هستند و کاملاً مثل هم می‌مانند. آیا می‌توانید این آدمک‌های دوقلو را پیدا کنید؟

نقطه ها را به هم وصل کنید

آیا این یک جاده کویری است؟ برای آنکه کشف کنید در پشت این نقطه‌ها چه چیز نهفته است، شماره‌ها را از یک تا ۳۷ به یکدیگر وصل کنید. تصویر جالبی به دست خواهد آمد.



کدام ضرب المثل

آن کدام ضرب المثل فارسی است که در آن، کلمات «رو» و «لوس» به کار رفته است؟ این مثل در مورد کسانی به کار می‌رود که جنبه و ظرفیت نداشته باشند و در نتیجه دیدن محبت زیاد، لوس شوند!

کسی که از سرنوشت خود شکایت کند، از کوچکی و ناچیزی روح خود شکایت کرده است. ●مترلینگ

زیر نظر: جعفر گودرزی

Email:Maha_Parsa@yahoo.com

گفتگو با امین زندگانی به انگیزه بازی در نمایش یک زن یک مرد

در اوج آرامش هستم

پیش از مصاحبه

شاید قبل‌ها هم در جنگ هنر گفته‌ام ذات هنر با پاکی، منش و سیرت زیبا عجین بوده و هست و هنرمندانی هستند که با پالایش روح و جسم سعی کرده و می‌کنند حضوری ارزشمند و انسانی و سالم در عرصه هنر داشته باشند. امین زندگانی نمونه یکی از همین هنرمندان است که با سالها تجربه و مرارت سعی داشته به تکامل و پیراستگی برسد هرچند تا به حالا به جایگاهی که درخورش بوده نرسیده اما موفقیت‌هایش را نمی‌توان نادیده گرفت. حالا هم به انگیزه بازی‌اش در نمایش یک زن، یک مرد خبرنگار ما «هادی نصیری» با وی گفتگویی انجام داده که از نظرتان می‌گذرد.

دبیر سرویس جنگ هنر

◆امین خان زندگانی چند بهار از زندگی‌اش گذشته؟

◆◆۳۳ بهار.

◆آغاز کارت چه زمانی بود؟

◆◆سال ۷۰ در دانشگاه در نمایشی کار دکتر محمود عزیزی به اتفاق برادرم کار می‌کردیم، درحقیقت آن سالها در گروه حرکات موزون نادر رجب‌پور بودیم. بعد از سه ماه به کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان رفتم و سه سال با داوود کیانیان و نصرالله قادری و مدت کوتاهی هم با رضا کیانیان کار کردم که نتیجه‌اش نمایشی با عنوان خروسک‌پوشان بود که رکورددار اجرا شد، چرا که اجراهای متعددی در کل کشور داشتیم و من در نقش خروسک حضور داشتم. بعد از مدتی در کانون پرورش فکری کاری را کارگردانی کردم با عنوان «به من دروغ بگو» که در بخش مسابقه جشنواره تئاتر فجر سال ۷۶ شرکت داشت و به عنوان جوانترین کارگردان جشنواره معرفی شدم.

◆از چه سالی وارد عرصه تلویزیون شدی؟

◆◆سال ۷۴.

◆درحال حاضر هم گویا مشغول بازی در مجموعه تلویزیونی مختارنامه هستی.

◆◆البته کارم در مختار تمام شد. در این مجموعه نقش مسلم بن عقیل را ایفا کرده‌ام.

◆حرفه اصلی‌ات همین بازیگری است؟

◆◆تا سال ۷۷ شغل آزاد داشتم، اما در همان سال به بعد آن شغل را کنار گذاشتم.

◆انگیزه این گفتگو حضورت در نمایش یک زن یک مرد کار آزیتا حاجیان است. در این نمایش ایفای چه نقشی هستی؟

◆◆نقش یک خلبان.

◆گویا در نقش خلبان هم تو بازی کردی و هم کامبیز دیرباز.

◆◆چون این نمایش در زمان خاصی روی صحنه رفت و من به‌طور همزمان در یک مجموعه تلویزیونی در گرگان کار می‌کردم و مواقعی که باید سر سریال بودم دوست خوبم کامبیز دیرباز این نقش را بازی می‌کرد.

◆بعد از مختارنامه سر کار بهمن زرین‌پور رفتی؟

◆◆نه بعد از مختارنامه یک ماه لبنان بودم برای حضور در کار آقای سردری و بعد هم به فیلم مجموعه شهرآشوب پیوستم و بعد با زرین‌پور در مجموعه پایان نمایش کار کردم.

◆در مجموعه پایان نمایش ایفاگر چه نقشی هستی؟

> **◆مجری‌گری برایم یک نوع توفیق اجباری و می‌توانم بگویم یک کار فرمایشی بود**

◆◆نقش شخصیتی به نام حامد که دانشجوست و ناخواسته وارد مسائل سیاسی می‌شود.

◆از کدام شبکه پخش خواهد شد؟

◆◆شبکه یک.

◆چرا شما را کمتر در سینما می‌بینیم؟

◆◆در سینما سه فیلم بازی کردم؛ زن شرقی، بازیگر و آدمکها که فیلم‌های معمولی بودند. پیشنهادهای سینمایی دارم، ولی چون نقشها جذاب و دوست‌داشتنی نیستند آنها را رد می‌کنم. احساس می‌کنم سینما شرایط رو به رشدی حداقل از لحاظ فیلمنامه نداشته و باید از فیلمسازان تشکر کرد که در چنین شرایط دشواری دلسوزانه کار می‌کنند. من به فکر بالا بردن آمار کارهای سینمایی‌ام نیستم مهم حضور در نقشهای ماندگار است.

◆آخرین کار سینمایی‌ات چه بود؟

◆◆فیلم شاخه گلی برای دبورا که با ضیاءالدین دری کار کردم.

◆شما کار مجری‌گری هم انجام دادید، اما چرا قطع شد و ادامه پیدا نکرد؟

◆◆مجری‌گری برایم یک نوع توفیق اجباری و می‌توانم بگویم یک کار فرمایشی بود البته من دو کار مجری‌گری کردم یکی مسابقه ۹ بر یک و یکی دیگر که من بیشتر بازی کردم تا اجرا.

◆دوباره قصد کارگردانی در عرصه تئاتر را نداری؟

◆◆اگر شرایطش مهیا شود قصد دارم پایان‌نامه دانشجویی‌ام را روی صحنه ببرم.

◆همبازی شدن با مریلا زارعی در نمایش یک زن، یک مرد چگونه بود؟

◆◆در چند کار با ایشان همکاری کرده‌ام. مریلا بازیگری باهوشی بالا است که می‌داند چطور و چگونه باید در صحنه حضور داشته باشد.

◆چرا برخی کارگردانها برای مطرح شدن کارشان به چهره‌های زیبا و چشم سبزها متوسل می‌شوند؟

◆◆آنها تصورشان از سینما و هنر تصوری غلط است هر زیبایی الزاماً جذاب نیست. رضا کیانیان چهره زیبایی ندارد، پرویز پرستویی رنگ چشمش سبز نیست ولی به معنای واقعی بازیگرند. بازیگرانی که به زور چهره و زیبایی در عرصه سینما حضور دارند خیلی زود افول می‌کنند مگر درپس آن زیبایی استعداد و توانایی هم نهفته باشد.

◆نظرتان درباره اینکه می‌گویند بازیگر ابتدا باید در عرصه تئاتر خاک صحنه بخورد و بعد به سینما و تلویزیون گرایش پیدا کند چیست؟

◆◆این موضوع یک سنت شده که بازیگر اول باید به تئاتر بپردازد بعد سینما و تلویزیون، ولی به نظر من الزامی نباید باشد و نیست. مریلا زارعی نمونه‌اش است، در سینما و تلویزیون مطرح شده و در اولین کار تئاترش خوش درخشید و نشان داد بازیگر است. درست است تئاتر بازیگر را تروتازه نگه می‌دارد و او با پشتوانه بهتری می‌تواند فعالیت‌های دیگرش را ادامه دهد، اما ما بازیگران زیادی هم داریم که اصلاً کار تئاتر نکرده‌اند، ولی بازیگران مطرحی هستند و کارشان هم قابل تامل است.

◆یک جمله درباره آزیتا حاجیان کارگردان نمایش یک زن یک مرد.

◆◆یک کارگردان خوب، یک زن مهربان، یک خواهر بزرگتر و دلسوز.

◆امین زندگانی چه دوست دارد؟

◆◆اینکه سالی یک کار تئاتر انجام دهد.

◆پاییزی‌ترین فصل زندگی‌ات؟

◆◆فوت پدرم.

◆از زندگی‌ات راضی هستی؟

◆◆زندگی کنار مادر مهربانم مرا به اوج آرامش می‌رساند.

گزارشی طنز از پشت صحنه مجموعه شبهای برره

اینجا پوز هالیوود زده می‌شود

جعفر گودرزی

وقتی به تو می‌گویند برره یک ناکجاآباد است یعنی سرراست‌ترین نشانی را برای پیدا کردن لوکیشن کار **مهران‌خان مدیری** داری. یعنی کمی بغل جنب آن طرف‌تر از میدان بوستان در فرح‌زاد.

وارد آنجا که می‌شوی کمی بیشتر از هزار نفر یعنی شونصد نفر درهم می‌لولند و فکر می‌کنی اینجا بازار سیداسمال است.

در دست کوچک و بزرگ سیگار می‌بینی! گویا به تماشای مسابقه سیگارکشون آمده‌ای.

دستیار کارگردان چند بار داد می‌زند: **امشب به پخش نمی‌رسیم بدوید کسی جا نمونه.** این بازیگران نمی‌دانند اینجا ایران است و هر ثانیه‌اش مثل طلا قیمت دارد و بهمین خاطر است که اینقدر بی‌خیال روزگار می‌گذرانند انگار اینجا انگلیس یا آمریکاست! **مهران مدیری** مشغول تمرین شمارش معکوس برای گفتن سه، دو، یک است که یک وقت موقع ضبط قاطی نکند. برایم تعجب‌آور است که در سینمای هالیوود و جهان برای یک کار دو ساعته شش ماه وقت می‌گذرانند، ولی اینجا همین برره وقتی کارگردان یک را می‌گوید، آقاماشاالله دوربین هی می‌گیرد... می‌گیرد... این قدر وگیرد که از آن ورش می‌زند بیرون.

یک الهی به امید تو می‌گویند و روزی ۴۵ دقیقه فیلم! می‌سازند و ککشان هم نمی‌گزد. برداشت هم اصلاً معنی ندارد، مگر کسی از فرط خستگی و بی‌خیالی خنده‌اش بگیرد. باز این ذهن لعنتی توی حرف من می‌پرد و می‌گوید: **شبهای برره واقعاً مجموعه خوبی است ما که به عشق تماشایش شبها با جوراب می‌خوابیم!**

اما من خودم را کنترل می‌کنم و دوباره می‌نویسم... اتاقی هم در طبقه اول ساختمان برره وجود دارد که همه در آن رفت و آمد دارند. وقتی پس از دقایقی فشار آوردن به خود فالگوش ایستادیم فهمیدیم اتاق گریم است که هر کس بخواهد می‌تواند آنجا رفت و آمد داشته باشد و اصلاً نیازی به فالگوش ایستادن نیست!

قرار است **یاور طغرل** وارد اتاق شده و در صحنه‌ای ظاهر شود. همه مبهوت این صحنه‌اند. سینمای بالیوود و هالیوود در انتظار ضبط این پلان می‌خواهند از خودشان «جر» دروکنند. او به هیچ‌وجه برادر ساعد هدایتی نیست. آنها جنسشان فرق می‌کند. او پاچه‌خوار است و جان‌نثار آن یکی زورگو و کمی هم احمق!! ولی به شدت از لحظات فامیلی با هم فاصله دارند.

زمین زیر پایم می‌لرزد و قلبم نیز، تازه می‌فهمم **رضا شفیعی‌جم و بگوری** دارند راه می‌روند، چه لحظه شعف‌انگیزی است!! بعضی‌هاشان هم با آن لباسهای برره‌ای انگار در کشتی تایتانیک هستند،چنان فخر می‌فروشند که نگو و نپرس اما ما هرچه چشم انداختیم و تحقیق و تفحص کردیم نفهمیدیم تایتانیک کدامشان است، پسره یا دختره؟!!

پلانی گرفته می‌شود و باید دوباره ضبط شود صدای موبایل عکاسان همچون پتکی است که بر سر مهران کوبیده می‌شود، اما او با آرامش دستور تکرار می‌دهد. هرچند تکرار در مجموعه‌های نودشبی واژه‌ای تعریف نشده است!

حالا یکی دیگر از راه می‌رسد، **سعید پیردوست**، همان که هر وقت می‌خندد چشمانش به باریکی یک خط می‌شود و انگار، از لای درز دیوار تو را نگاه می‌کند.

هر کس به کاری مشغول است، همه می‌دوند، اما کسی قرار نیست اول شود.

یاد آن لحظه می‌افتم که دو نفر برای تماشای مسابقه دو به استادیوم رفته بودند. اولی به دومی گفت: اینها برای چه می‌دوند؟ دومی گفت: مسابقه دو است برای اینکه یک نفر اول شود. اولی دوباره گفت: پس بقیه برای چه می‌دوند؟

در اینجا هم نمی‌شود فقط یک نفر بدود چون وقتی همه می‌دوند آدم حس می‌کند کار جدی‌تر است! به خود می‌آیم. من هم باید کمی جدی باشم تا یک جای کار لنگ نزنند که در همین لحظه یکی می‌گوید: آره جیگر!

محمد شیری است همان که تیپ ماهواره‌ای‌اش همه را کشته جیگر. قرار است با مهران مدیری گفت‌وگو کنم، اما هی این دست و آن‌دست می‌کند. او مؤدبانه در گوشم چیزی می‌گوید که معنی تحت‌الفظی‌اش این است: دنبالم نیا آواره می‌شی و یا اینکه امروز برو فردا بیا!

بالاخره از خودم خوشم می‌آید. یکنفر در آن جمع مرا بیشتر از بقیه شناخت. سرجوخه یا همان **مختار سائقی** که در سینما همه کار کرده است. از تدارکات و صحنه و... تا خفه کردن پیرزن... جلو می‌آید و سلام می‌کند و من هم بادی به غبغب می‌اندازم و سعی می‌کنم زیاد هیجان خود را نشان ندهم، ولی مثل اینکه او هم مرا با کس دیگری اشتباه گرفته. چند نفری می‌خندند اما من زیاد به روی خود نمی‌آورم و زود از اتاق خارج می‌شوم.

... به میدان بز خیره شده‌ام که می‌بینم جمعیتی مثل مور و ملخ به طرف ما حمله می‌کنند. می‌ترسم چون شنیده‌ام اهالی شرره قرار است که در یک حمله غافلگیرکننده برره را با خاک یکسان کنند.

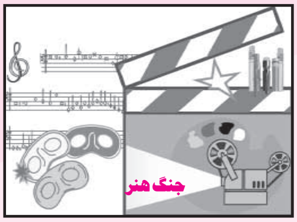
و هنوز جوابی نگرفته‌ام که به خودم لعنت می‌فرستم که چرا از میان این همه شغل، خبرنگاری را برای گذران زندگی انتخاب کرده‌ام.

و در همین لحظه درمی‌یابم که این جمعیت از خیل عاشقانه دل شکسته هستند که پشت در لوکیشن روز را به شب می‌گذرانند و با پیدا کردن روزنه‌ای به سوی داخل فوران کرده‌اند! چند نفر سریع می‌روند و آنها را بیرون می‌کنند. ناخودآگاه و خیلی بی‌خود و بی‌جهت دلم برای این جماعت، کمی تا قسمتی، می‌سوزد.

سیامک انصاری پیش از آنچه فکرش را بکنی جدی و کمی اخمو است. انگار دارد در سریال مرد شش میلیون دلاری بازی می‌کند. چشمانش چنان رعد و برق می‌زند که افکارم را پاره می‌کند و دوباره به محل تصویربرداری پرت می‌شوم.

وقتی می‌گویم دیگر مزاحم نمی‌شویم و می‌خواهیم برویم، احساس می‌کنم گروه، قند توی دلشان آب شده و وقتی عقلمان را با عکاس و بچه‌های دیگر روی هم می‌ریزیم می‌فهمیم گروه شبهای برره چقدر از شنیدن خبر رفتن ما احساس خوبی دارند. اما برای ما مهم نیست که آنها چه فکری می‌کنند چون اگر از جنس «آدمیزاد» بودند که از اهالی برره نمی‌شدند. چند نفر می‌گویند که پولها را قایم کنید و قبل از اینکه کیوون پیدایش شود و بتواند پول زور از ما بگیرد خودمان را از دشت نخود پایین برره به دفتر مجله می‌رسانیم. راستی یادم رفت که بگویم کیوون نمی‌دانست که مثل گرمابه‌های قدیم ما قبل از ورود به برره امانتی‌هایمان را دم در سپرده بودیم و خیالمان راحت بود.

جوینده حقیقت باید اول آرامش درونی خود را تأمین کند. • دکتر کارل



گزارشی به مناسبت برپایی نمایشگاه نقاشی کودکان

کار برای کودکان نیاز به شناخت دنیای پررمز و راز آنان دارد تا بتوانی با درک درست آن، موجبات رشد و تعالی ذهن و روح کودک را فراهم آوری.

علی‌اکبر ابراهیمی‌نژاد نقاش، طراح و برگزیده جشنواره‌های داخلی و بین‌المللی با بیش از چهار دهه فعالیت هنری، سالهاست در دنیای بچه‌ها سیر می‌کند و نگذاشته کودک درونش بزرگ شود تا بتواند همچنان برای بچه‌ها کار کند و دنیای شاد و پرنشاط را فراروی آنان قرار دهد.

او ۵۲ سال دارد و اولین نمایشگاهی که از آثارش برپا شد به سال ۱۳۴۹ برمی‌گردد. ابراهیمی‌نژاد تا به حال توانسته در نمایشگاههای متعدد و مختلفی در سراسر دنیا حضور یابد و توانایی خود را به رخ بکشد و برپایی نمایشگاههایی در چندین کشور خارجی توان، استعداد و هنر او را بیش از پیش نمایان می‌کند.

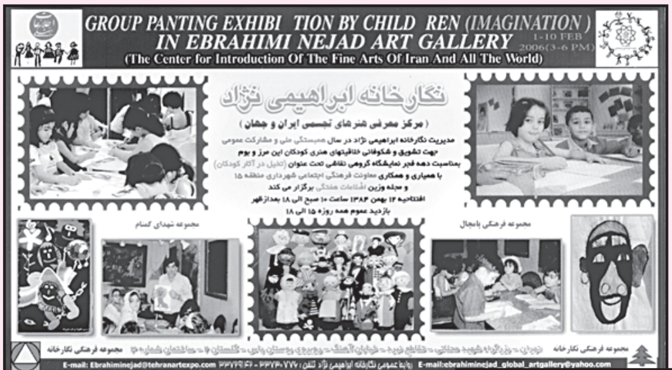
او هرازچندگاهی به مناسبت‌های مختلف اقدام به برپایی نمایشگاه نقاشی کودکان می‌کند و در آن کودکان در یک فضای شاد و مفرح به نقاشی می‌پردازند و بعد هم برترینها انتخاب می‌شوند و جوایزی به آنها تعلق می‌گیرد این بار نیز نمایشگاه نقاشی خلاقیت‌های هنری کودکان، به مناسبت دهه فجر و با همکاری معاونت فرهنگی اجتماعی شهرداری منطقه ۱۵ و مجله اطلاعات هفتگی از تاریخ ۱۲ بهمن در نگارخانه ابراهیمی‌نژاد برپا گردید و شهردار منطقه ۱۵ تهران بعلاوه تنی چند از مسوولان و دهها نفر از علاقه‌مندان و آینده‌سازان این مرز و بوم از آن دیدن کردند.

ابراهیمی‌نژاد در این ارتباط می‌گوید: استعداد اعجاب‌آور کودکان و بروز احساسات شفاف، زلال و دوست داشتنی‌شان به وسیله هنر همیشه باعث خوشحالی و شعف من شده و می‌شود. اما همیشه نبود امکانات این استعدادها را در نطفه خفه می‌کند و یا اینکه به نوعی هرز می‌روند.

به گفته این نقاش هنرمند که می اندیشم، درمی‌یابم که چقدر روحش با روح بچه‌ها پیوند خورده و چقدر نگران آینده آنهاست.

وقتی هم به نقاشی‌های بچه‌ها در نمایشگاه دل می‌بندم و سفری به هزارتوی آن می‌کنم بیشتر به انگیزه‌های درونی آنان که در لابه‌لای خطوط ترسیمی‌شان به چشم می‌خورد پی می‌برم. قدرت تخیل و زیبا دیدن آنها و موضوعات نقاشی‌شان نشان از کمبودها، علایق و خواسته‌هایشان است.

خوبی کار آنان این است که احساس زیبا و کودکانه خود را درقالب سبک و وزن و قافیه و... نمی‌گنجانند و اصلاً نمی‌دانند که بخواهند بگنجانند هرچه هست خلوص و سادگی است و سادگی بیش از حد را وقتی می‌توانی دریابی که نقاشی کشیده شده یکی از آنها روی کاغذی است که از دفتر کنده شده...


GROUP PANTING EXHIBI TION BY CHILD REN (IMAGINATION)
IN EBRAHIMI NEJAD ART GALLERY
1-10 FEB 2006(3-6 PM)
(The Center for Introduction Of The Fine Arts Of Iran And All The World)

نگارخانه ابراهیمی نژاد
(مرکز معرفی هنرهای تجسمی ایران و جهان)
مدیریت نگارخانه ابراهیمی نژاد در سال همبستگی ملی و مشارکت عمومی
جهت تشویق و شکوفائی خلاقیتهای هنری کودکان این مرز و بوم
بمناسبت دهه فجر نمایشگاه گروهی نقاشی تحت عنوان (تخیل در آثار کودکان)
با همیاری و همکاری معاونت فرهنگی اجتماعی شهرداری منطقه ۱۵
و مجله وزین اطلاعات هفتگی برگزار می کند
افتتاحیه ۱۲ بهمن ۱۳۸۴ ساعت ۱۰ صبح الی ۱۸ بعدازظهر
بازدید عموم همه روزه ۱۵ الی ۱۸

مجموعه شهدای گمنام
مجموعه فرهنگی بامجال
مجموعه فرهنگی نگارخانه
E-mail: Ebrahiminejad@tehranartexpo.com
E-mail:ebrahiminejad_global_artgallery@yahoo.com

پاسخ به نیازهای کودکان هرچند کاری سخت است اما غیرممکن نیست. ابراهیمی‌نژاد با ارزش نهادن بر همین آثار به ظاهر ساده، به کودکان می‌فهماند که ما تا عمق وجود آنان را هم درک می‌کنیم و شاید این حداقل چیزی است که در این هیاهو و عصر ماشین و گرفتاری و... می‌توانیم انجام دهیم.

صدالبته گاه می‌شود یک استعداد خوب در توجه به جنبه‌های حسی اجسام و طبیعت را از یک نقاشی ساده کودکانه دریافت و در جهت رشد کیفی استعدادش گام برداشت.

این نمایشگاه در یکی از جنوبی‌ترین مناطق تهران برپا شده بود که کمتر می‌توان امکاناتی در آن یافت اما از همین امکانات کم بچه‌ها بیشترین بهره را بردند و استعدادهایشان را به رخ کشیدند.

ضمن ارج نهادن بر حرکت ارزشمند هنرمند پرتلاش علی‌اکبر ابراهیمی‌نژاد، بر این نکته صحه می‌گذاریم که این حرکتها باید تلنگری باشد بر ذهن خفته مادران و پدرانی که از درک و بینش درستی نسبت به کودکانشان بهره‌مند نیستند و به صفا و صداقت ذاتی و احساسات ناب و بکر کودکان خود اهمیت نمی‌دهند.

کوتاه و بدون تیتر

✓ جواد شمقدری مشاور هنری رئیس جمهور گفت: در آستانه بیست و هشتمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی، حتی ۲۸ فیلم خوب و مناسب که بتواند زوایای مختلف انقلاب را نشان دهد، دراختیار نداریم.

✓ سیروس الوند بعد از ایام نوروز ساخت فیلم جدیدش «تاوان» را آغاز می‌کند. تاوان یک کار عشقی - معمایی است.

✓ فریدون جیرانی به زودی ساخت فیلم جدیدش «استخر» را آغاز می‌کند.

✓ چهارشنبه‌سوری به عنوان بهترین فیلم منتقدان و نویسندگان سینمایی جشنواره بیست و چهارم برگزیده شد.

✓ مسعود ده‌نمکی گفت: نمی‌دانم فیلمسازانی که می‌گویند آزادی نیست و محدودیت وجود دارد، دیگر جز ارائه صحنه‌های... چه محدودیتی دارند؟ عرصه فقط برای حزب‌اللهی‌ها تنگ شده است.

✓ نادر مقدس به زودی فیلم ایستگاه بهشت که از مضمونی عاشقانه برخوردار است را جلوی دوربین می‌برد.

✓ پوران درخشنده گفت: در هیچ کشوری به اندازه ایران، کارگردان زن وجود ندارد.

✓ امیررضا خادم عضو کمیسیون فرهنگی مجلس از رشد بالای بودجه فرهنگ و هنر خبر داد و گفت: برای توسعه کتابخانه‌ها، تالارها و سالن‌های سینما ۳۰۰ تا ۴۰۰ میلیارد تومان بودجه اختصاص یافت.

✓ احمد طالبی‌نژاد سازنده فیلم من بن‌لادن نیستم، ساخت دومین فیلم بلند سینمایی‌اش با عنوان بچه‌های خاک را فروردین ۸۵ آغاز می‌کند.

✓ دومین جشنواره سراسری فیلم دانشجویی از ۹ تا ۱۳ اردیبهشت ماه سال آینده در تهران برگزار می‌شود.

✓ مسعود ده‌نمکی از اوایل فروردین سال۸۵ ساخت فیلم جدید خود با عنوان «اخراجی» را آغاز می‌کند.

✓ تصویربرداری مجموعه تلویزیونی پای پیاده، کار اصغر توسلی ۱۴ بهمن ماه در تهران به پایان رسید.

✓ محمدمهدی حیدریان در افتتاحیه کانون فیلم موزه ملی قرآن از ایجاد فیلمخانه تخصصی قرآنی خبر داد.

✓ فیلم مکس ساخته سامان مقدم بعد از ایام محرم مجدداً به اکران عمومی درمی‌آید.

فیلم‌ها به روایت گیشه

مکس	۵۰ روز	۴۹۵ میلیون تومان
هشت پا	۴۵ روز	۱۲۸ میلیون تومان
یک بوس کوچولو	۵۰ روز	۱۴۵ میلیون تومان
سرتو بدزد رفیق	۱۵ روز	۱۸ میلیون تومان
حکم	۶۵ روز	۲۲۷ میلیون تومان

چون حقیقت را شناختی از آن پیروی کن ● حکمت چین هندو

گشتی در دنیای خبرها

گریز نیکی کریمی بعد از یک شب

نیکی کریمی بازیگر و فیلمساز سینمای ایران که با اولین ساخته‌اش «یک شب» همانند ماژلان مشغول جهانگردی در جشنواره‌های خارجی است، به زودی ساخت فیلم دومش با عنوان «گریز» را آغاز می‌کند. نیکی کریمی خود بازیگر اصلی این فیلم است و محمدرضا تختکشیان تهیه‌کننده آن می‌باشد.

ادامه یک مشت پر عقاب در تهران

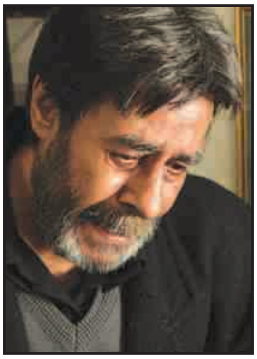
با پشت سر گذاشتن ۵۰ درصد از تصویربرداری مجموعه یک مشت پر عقاب، کار در تهران دنبال می‌شود.

این مجموعه را اصغر هاشمی در ۱۳ قسمت برای سیمافیلم می‌سازد.

حامد بهداد، خزر معصومی، رضا کیانیان، نیره فراهانی، پرویز پورحسینی، مهدی میامی، آهو خردمند، کاظم هژیرآزاد، بیوک میرزایی و... بازیگران این مجموعه هستند.

قصه این مجموعه به جریانات تاریخی و حوادث قبل از پیروزی انقلاب برمی‌گردد.

شکیبایی و یکتا ناصر در «افسانه شادی ها»



خسرو شکیبایی، یکتا ناصر، السا فیروزآذر و افسانه چهره آزاد چهار بازیگر اصلی فیلم جدید علی قوی‌تن هستند.

افسانه شادی‌ها فیلم تازه علی قوی‌تن اواسط بهمن ماه در تهران جلوی دوربین رفت.

قصه این فیلم درباره اختلاف زن و شوهری است که در یک کارخانه عروسک‌سازی کار می‌کنند.

این فیلم یک کمدی موزیکال است.

خونه امید زهره کرمانی

عبدالرضا زهره کرمانی به زودی ساخت فیلمی با عنوان «خونه امید» را آغاز می‌کند.

خونه امید درباره بم است و تهیه‌کنندگی آن را یک هلندی برعهده دارد.

کرمانی این فیلم را ادای دین به مردم زادگاهش می‌داند.

سمفونی هدیه تهرانی و گل‌شیفته

هدیه تهرانی و گل‌شیفته فراهانی دو بازیگری هستند که در فیلم جدید بهمن قبادی ایفای نقش می‌کنند.

فیلمساز کرد سینمای ایران فیلم جدیدش «سمفونی» را در کردستان جلوی دوربین برد.

سمفونی، قصه پیرمردی ۸۰ ساله است که به همراه ده فرزند پسرش که همگی نوازنده‌های مشهوری هستند سفری را از کردستان ایران به سمتی نامعلوم آغاز می‌کنند.

سمفونی محصول مشترک ایران، اتریش، عراق و فرانسه است.

شبهای برره را از ۲۷ بهمن ببینید

پخش مجموعه تلویزیونی شبهای برره از ۲۷ بهمن ماه از سر گرفته می‌شود.

تاکنون ۹۲ قسمت از شبهای برره پخش شده و قرار است تا ۱۲۵ قسمت روی آنتن برود.

این مجموعه از اول تا سیزدهم فروردین ۸۵ به صورت ویژه پخش می‌شود.

سینماگران درباره سینمای بعد از انقلاب نظر داده‌اند

مجتبی راعی

نوع معیارهایی که در سینمای بعد از انقلاب اسلامی داشته‌ایم، اجازه ایجاد فضایی واقعی را برای پرداختن به مسائل انقلاب نداده است! یعنی ما باید به‌طور مثال وقتی می‌خواهیم اشرف را تصویر کنیم باید زنی را نشان دهیم که فقط گردی صورتش پیداست و تنها نشانه‌ای که از بد بودن دارد یک انگشتر گران قیمت است و به نظر من این ساده‌لوحی بیش نیست. البته این به آن معنی نیست که سینمای مربوط به انقلاب باید سینمایی باشد که فساد را نشان دهد، بلکه معنی‌اش این است که هیچ وقت واقعی نبوده!

انسیه شاه حسینی

متاسفانه تلویزیون آنقدر در به تصویر کشیدن وقایع انقلاب اسلامی بد عمل کرده که همه چیز دچار تکرار شده است.

در این نوع کارها تا بحث انقلاب پیش آمده عده‌ای را می‌بینیم که در کوچه‌ها مشغول تظاهرات هستند و یک زخمی که در خانه‌ای پنهان شده و یک ساواکی که بقیه را شکنجه می‌دهد و درواقع این چیزها نماد انقلاب اسلامی ما شده است.

سعید راد

پیروزی انقلاب اسلامی باعث رشد، شکوفایی و تغییر در محتوا و مفهوم سینمای ایران شد.

در سینمای قبل از انقلاب به جز چند اثر ماندگار همانند گاو، پستچی و قیصر دیگر آثار از لحاظ کیفی و ارزشی هیچ حرفی برای گفتن نداشت و فقط ارزشهای جامعه را زیرسوال می‌برد.

فیلم‌ها در مراحل مختلف تولید

پیش تولید

گریز (نیکی کریمی)، آوا (سعید اسدی)، میم مثل مادر (رسول ملاقلی‌پور)، ایستگاه بهشت (نادر مقدس)، گناه فرزند (ابوالقاسم طالبی)، نون و پیاز (علیرضا داوودنژاد)، فرشته باران (جواد شمقدری)، سمفونی (کاظم معصومی)، گذرگاه خصم (کریم آتشی)، تنهایی دونده ماراتن (اکبر حر)، شمع و آینه (محمد درمنش)، اقلیما (محمدمهدی عسگرپور)، زنگهای خاطره (امیرشهاب رضویان)، بابا نخودی (جلال فاطمی) و...

فیلمبرداری

روز برمی‌آید (بهرام توکلی)، افسانه شادی (علی قوی‌تن)، سنگ، کاغذ، قیچی (سعید سهیلی)، علی سنتوری (داریوش مهرجویی)، در شهر خبری نیست، هست (سیدرضا خطیبی)، هدف اصلی (قدرت‌الله صلح میرزایی) و...

فنی

رامی (بابک شیرین صفت)، حافظ (ابوالفضل جلیلی)، خون بازی (رخشان بنی‌اعتماد)، گناه من (مهرشاد کارخانی)، عروسک فرنگی (فرهاد صبا)، گزارش مریم (اسماعیل براری)، قلقلک (مسعود نوابی)، قاعده بازی (احمدرضا معتمدی) و...

آماده نمایش

حشره (امیرهوشنگ درویش‌پور)، ازدواج به سبک ایرانی (حسن فتحی)، ماجراهای اینترنتی (حسین قناعت)، سرود تولد (علی قوی‌تن)، شام عروسی (ابراهیم وحیدزاده)، چهارشنبه‌سوری (اصغر فرهادی)، زمزمه بودا (حسین قاسمی جامی)، آتش‌بس (تهمینه میلانی)، سرگیجه (محمد زرین‌دست)، عروسی حسین (رهبر قنبری)، گاهی واقعی (رامین لباسچی)، خاک سرد (رضا سبحانی)، پل سیزدهم (فرهاد غریب)، گرداب (حسن هدایت)، راه طی شده (عباس رافعی)، سوگند (شاپور قریب) و...

داستانهای انتخابی آلفرد هیچکاک

معامله خطرناک

رستوران «گربه سیاه» طبق معمول شلوغ به نظر می‌رسید، اما آن شب به‌طور عجیبی ساکت بود و این دلیل خوبی داشت. مشتری‌ها همه می‌دانستند که «ایسوس میراندا» آزاد شده است. مردم پچ‌پچ می‌کردند:

- شهر بوی مرگ می‌دهد. «ایسوس» خیال انتقام گرفتن دارد... خدا رحم کند.

بله «میراندا» که پنج سال از عمرش در زندان تلف شده بود، به قصد انتقام می‌آمد. او همیشه می‌گفت:

- «ویکتور فیالا» من را پشت میله‌ها انداخت. روزی خودم به حسابش خواهم رسید. قسم می‌خورم.

«فیالا» کارآگاه سرسخت پلیس، «میراندا» را شخصاً در همان رستوران دستگیر کرده بود و اکنون باید پای عواقب این گستاخی خود می‌ایستاد.

«فیالا» پشت پیشخوان ایستاد. «پانچو» صاحب کافه، با اخم سلام گفت و اطلاع داد:

- «میراندا» اینجا بود.

کارآگاه شخصی‌پوش، شانه‌ای بالا انداخت. او از این خبر متعجب نشد و جواب داد:

- یک فنجان قهوه!

«پانچو» فنجان قهوه را روی میز گذاشت و گفت:

- بهتر است مواظب باشی «ویکتور»!

«فیالا» گفت:

- من همیشه مواظبم رفیق. «میراندا» چه داشت که بگوید؟

- درباره تو هیچ، اما او تصمیم گرفته و نقشه‌ای در سر دارد.

- خب تا وقتی او کاری نکرده، من نمی‌توانم عکس‌العملی نشان بدهم.

- و آن موقع ممکن است خیلی دیر شده باشد، مرد!

- می‌دانم!

«فیالا» قهوه‌اش را مزمزه کرد و به فکر فرو رفت. پنج سال حبس، شاید «ایسوس» «میراندا» را عوض نکرده باشد. اما در «فیالا» تغییراتی بوجود آورده بود. آثار پیری، کم‌کم در چهره و اندام و موهایش ظاهر می‌شد و پلیس خشن دیگر مثل سابق چست و چابک و قوی نبود و نمی‌توانست انعطاف بدنی خوبی داشته باشد. با پنجاه و پنج سال سن...

صدای «پانچو» او را از فکر بیرون آورد.

- هی! «برادر میراندا» الان وارد شد.

«فیالا» زیر میز، دستی به تپانچه‌اش زد. چون «آرتور میراندا» هم قسم خورده بود که یک بلایی سر او بیاورد. کارآگاه فنجان قهوه‌اش را تمام کرد و در مقابل نگاه استفهام‌آمیز صاحب رستوران، سری بالا انداخت و گفت:

- مگر نه! من می‌روم خانه!

- احتیاط کن «ویکتور»!

«فیالا» برگشت و فشار و هیجان محیط و سکوت مرگبار را حس کرد. همه نگاهها، جز نگاه «آرتور میراندا» که تنها پشت میزی نشسته بود. پلیس کهنه‌کار، نفسش را بیرون داد و قدمی پیش گذاشت و از کنار میز «آرتور میراندا» گذشت و به طرف در رستوران رفت.

هوای بیرون تاریک بود. خیلی تیره و ظلمات. اما «فیالا» دید که اتومبیل بزرگی آن سوی خیابان متوقف است و مردی پشت فرمان آن قرار دارد... «ایسوس میراندا» ؟شاید!

ماشین خود او کنار خیابان پارک شده بود. کارآگاه محتاطانه گام برمی‌داشت و هر لحظه انتظار گلوله‌ای را از سوی اتومبیل ناشناس می‌کشید. اما تیری شلیک نشد. وقتی از خم کوچه پیچید، شرشر عرق می‌ریخت. شکمش یک توده عضله سفت منقبض بود. آرام سوار ماشین شد و بی‌آنکه تعقیب شود، به خانه رفت.

در خانه کمی احساس آسودگی کرد. ولی هنوز عرق داشت. با دستهای لرزان سیگاری روشن کرد و قدم در ایوان عقب گذاشت. کمی بعد در ساختمان باز شد و دخترش «ماریا» نگاهی به او انداخت و پرسید:

- چیزی شده پاپا؟

مرد جواب داد:

- نه! هیچی!

دختر با لحنی همراه سرزنش گفت:

- برای تو هیچ وقت اتفاقی نمی‌افتد.

«فیالا» خندید و گفت:

- تو می‌دانی که من هیچ‌وقت دروغ نمی‌گویم عزیزم!

- هوم. نه چندان! یواشکی می‌آیی خانه، حرفی نمی‌زنی، هرچه می‌پرسم جواب درست نمی‌دهد و آه... خب ولش کن. می‌دانم که نمی‌توانم چیزی از دهانت بیرون بکشم. فکر می‌کنم شام هم نخوردی؟

«فیالا» گفت:

- تو می‌دانی من چه می‌خواهم «ماری»؟!

- آره. مثل همیشه. اما حاضر نیست.

دختر، در را بهم زد و ناپدید شد و چند ثانیه بعد با یک فنجان برگشت و گفت:

- اینهم چیزی که می‌خواستید.

کارآگاه خندید و فنجان را گرفت:

- حالا کی دروغ می‌گوید؟!

همان موقع صدای زنگ تلفن بلند شد. «فیالا» زیرلب ناسزایی گفت و فنجان را زمین گذاشت و با عجله سراغ تلفن رفت. وقتی مکالمه تلفنی‌اش تمام شد «ماریا» در آشپزخانه بود. «فیالا» گفت:

- من می‌روم.

- چیز مهمی پیش آمده؟

- نه! اهمیتی ندارد.

- برای همین قهوه‌ات را نمی‌خوری؟! خیلی خوب پاپا، کی برمی‌گردی؟

کارآگاه گفت:

- امیدوارم به زودی.

اما خودش مطمئن نبود که اصلاً دیگر برگردد. چون آن تلفن او را تکان داده بود. یک خبرچین حرفه‌ای می‌گفت معامله قاچاق کلانی درپیش است. «فیالا» و بقیه ماموران پلیس، گاه برای به دام انداختن قاچاقچیان خبره و دزدان گریزپا از وجود این خبرچین‌ها استفاده می‌کردند. هرچند که می‌دانستند چنین موجوداتی ابداً نمی‌توانند قابل اطمینان باشند.

«سانا باریا» مردک خبرچین در رستوران «ماه آبی» نزدیک اداره پلیس منتظر «فیالا» بود. کارآگاه در سمت چپ او روی چهارپایه‌ای نشست و دستور قهوه داد و وقتی قهوه را آورد گفت:

- خب.

«سانا باریا» کمی دودل ماند. بعد فنجان خود را بالا برد و گفت:

- «سان لوئیس». مردی به نام «مونتی» مواد پیش اوست. اگر می‌خواهی کارهایی انجام دهی همین امشب او را ببین.

«فیالا» سری تکان داد و خبرچین از چهارپایه‌اش پایین آمد و به طرف در رفت. پلیس پیر در پیشخوان مراقب او بود. باز نمی‌دانست که می‌تواند به مردک اعتماد کند یا نه. آیا این تله‌ای برای کشتن او نبود؟ در «سان‌لوئیس» چه کسی در کمین او بود. «ایسوس میراندا»؟

ولی عقل به او نهیب می‌زد: نرو... نرو... «فیالا» به سرعت بیرون رفت تا از «سانا‌باریا» چیزهای دیگری بپرسد، اما دیر شده و مرد خبرچین رفته بود. غرق تفکر به اتومبیلش برگشت. «سان لوئیس» یک شهرک کوچک کوهستانی و مرکز قاچاق، ناحیه‌ای وسیع بود. اما «مونتی»؟ این اسم آشنا به نظر نمی‌رسید. یک قاچاقچی تازه‌کار؟ احتمالاً. ولی...

«فیالا» نمی‌دانست اطلاعات «سانا باریا» درست است یا نه. او راهی نداشت جز آنکه به «سان‌لوئیس» برود. بالاخره دل به دریا زد و حرکت کرد. طولی نکشید که از شهر خارج شد و در تاریکی شب از جاده کوهستانی گذشت... یک تله مرگ در پشت یکی از

پیچ‌های تند - مثلاً سنگی که وسط جاده غلطانده باشند - به‌راحتی کار او را می‌ساخت.

«فیالا» آهسته‌تر راند. ندایی پیوسته در گوش او می‌گفت: «نرو! احمق نشو!» اما بازگشت ممکن نبود. اگر «ایسوس میراندا» در «سان‌لوئیس» منتظر او بود، پس همان بهتر که امشب تکلیفش یکسره شود.

○○○

حدود ساعت یازده شب به شهر کوچک «سان‌لوئیس» رسید. وارد میدان اصلی آن شد. کسی روی نیمکت‌ها ننشسته بود. اما از یک رستوران کوچک سروصدای زیادی می‌آمد. سرمای گزنده کوهستان او را به داخل رستوران کشاند. عده‌ای مرد در رستوران بودند و کنجکاوانه به او نگاه می‌کردند.

«فیالا» به مسوول رستوران گفت:

- یک نوشیدنی داغ!

مرد یک فنجان قهوه ریخت و ابرویی بالا برد.

- همین، سینیور؟

کارآگاه پرسید:

- شما مونتی را می‌شناسید؟

- ممکن است در رستوران «طوطی سبز» پیدایش کنید.

- متشکرم.

«فیالا» قهوه را نوشید و از آنجا خارج شد. «طوطی سبز»، شاید «مونتی» آنجا بود. یا «میراندا»؟ او هم مواد مخدر قاچاق می‌کرد و حالا بعد از پنج سال می‌خواست انتقام بگیرد. چگونه پلیس پیر نمی‌دانست. نگاهش به اتومبیل بود. هنوز دیر نشده و او می‌توانست به خانه نزد دختر و نوه‌هایش برگردد. با این فکر به طرف ماشین رفت. اما در نیمه راه ایستاد... آه نه! اگر حالا برمی‌گشت کارش تمام بود.

چهار مرد با کلاه‌های لبه پهن مکزیکی در رستوران طوطی سبز، شطرنج بازی می‌کردند، مردانی خشن تنومند و سبیلو. صاحب رستوران که مردی سیاه‌رو و چاق بود سری برای «فیالا» تکان داد، کارآگاه گفت:

- یک نوشیدنی داغ.

پیرمردی از روی نیمکت برخاست. صدای تق تق چیزی که به کف سیمانی کافه می‌خورد، بلند شد. مرد نابینایی، عصازنان با دستی لرزان جلو آمد و گفت:

- به «سان‌لوئیس» خوش آمدید سینیور.

- متشکرم.

صاحب رستوران گفت:

- او می‌داند شما غریبه هستید. از صدای پا می‌فهمد.

مرد نابینا لبخندی زد و گفت:

- برای من همیشه شب است. اما یاد گرفته‌ام که در تاریکی ببینم. «سان‌لوئیس» شهر بزرگی نیست. من صدای پای مردم اینجا را می‌شناسم. مرا به یک فنجان قهوه میهمان می‌کنید «سینیور»؟

«فیالا» گفت:

- حتماً!

صاحب رستوران یک فنجان قهوه برایش ریخت. مرد نابینا دست به طرف فنجان برد. «فیالا» با خود فکر می‌کرد: «آیا واقعاً کور است یا از روی نقشه اینجاست؟»

چند لحظه بعد یک نفر از شطرنج‌بازها به سراغ کارآگاه آمد و پرسید:

- شما منتظر «مونتی» هستی؟

کارآگاه با اشاره سر، جواب داد. مرد گفت:

- شما بروید بیرون. به شما اطلاع می‌دهند.

سپس مکزیکی چرخی زد و رفت. «فیالا» سیگاری روشن کرد و از رستوران بیرون آمد. همان موقع صدای سوتی از درون رستوران شنید. مردی که روی نیمکت آن طرف خیابان نشسته بود، سری برای «فیالا» تکان داد و گفت:

- دنبال من بیایید سینیور!

سپس برگشت. کارآگاه پشت سر او از میدان تاریک به خیابان تاریک‌تر رفت. کمی که دور شدند، راهنما ایستاد و به یک خانه یک طبقه کوچک اشاره کرد و خودش در تاریکی گم شد. از آن خانه نه نوری بیرون می‌آمد و نه صدایی. چه کسی در آن خانه منتظر کارآگاه بود. «مونتی» یا «میراندا» با اسلحه؟! «فیالا» مردد شده بود. ناگهان چراغی در آن خانه روشن شد. کارآگاه قدم به خانه گذاشت. در اتاق غیر از یک میز کهنه و چند صندلی، لوازم دیگری نبود.

«مونتی» در گوشه‌ای نشسته بود و سیگار می‌کشید. او با سر یک صندلی را نشان داد و پرسید:

- آماده معامله هستید سینیور؟

- بله!

«مونتی» با سر به کیسه کرباس کوچکی که روی میز قرار داشت اشاره کرد.

کارآگاه پرسید:

- جنس توی کیسه است؟

«مونتی» خندید و گفت:

- کجای دیگر می‌توانست باشد؟ شاید انتظار چیز دیگری داشتید! اما این «ماری‌جوانا» است. بهترین نوع آن، ولی شما حرف مرا قبول نکنید و خودتان ببینید و مطمئن شوید.

«مونتی» کیسه را نزدیک کارآگاه گذاشت. اما کارآگاه حرکتی نکرد و گفت:

- بهتر است شما دربیاورید و من ببینم، چون جنس مال شماست!

دست «فیالا» به سرعت زیر کتش رفت و با یک تپانچه کالیبر بزرگ بیرون آمد و گفت:

- ببین داخل کیسه چیست؟

- خدای من!

از چه می‌ترسی؟ اصلاً تو می‌دانی من چه کسی هستم؟ تو واقعاً منتظر من بودی؟

- بله.

- «میراندا» چی؟ او کجاست؟

«مونتی» گفت:

- «میراندا» کیست؟

- پس تو او را نمی‌شناسی و نمی‌دانی داخل کیسه چیست؟ تو دروغگوی ناشی و احمقی هستی!

- من نمی‌دانم در آن چیست، قسم می‌خورم.

- پس دستت را ببر داخل کیسه... «مونتی»!

«مونتی» با صدایی که از ترس می‌لرزید گفت:

- نمی‌توانم سینیور...

«فیالا» برای ترساندن او دو گلوله شلیک کرد. غرش تیرها در اتاق کوچک پیچید. «مونتی» عقب کشید و ناگهان با چشمانی پرشور از جا پرید و با چاقوی تیغه بلند و براقی که در دستش بود به طرف کارآگاه حمله کرد... اما بار دیگر صدای شلیک گلوله در فضا پیچید.

«مونتی» افتاد. صدای قدمهای سنگینی از بیرون به گوش رسید. «ایسوس میراندا» با یک اسلحه کمری به داخل دوید. «فیالا» برای چهارمین مرتبه شلیک کرد و متعاقب شلیک گلوله، سکوت سنگین و مرگباری بر فضا حاکم شد.

دو جسم، بی‌حرکت کف اتاق افتادند. پلیس پیر نگاهی به آنها کرد و با نوک پا هر دو را تکان داد. سپس رو به میز و کیسه کرباس برگرداند. در آن چه بود؟ آرام نخ کیسه را کشید و شل کرد. گامی به عقب گذاشت و منتظر ماند. یک کیسه خالی؟ آه. نه! چیزی در آن حرکت می‌کرد. «فیالا» نفس در سینه حبس کرد. «میراندا» برای او چه تهیه دیده بود. کیسه حرکتی کرد و کارآگاه با چشم‌های گشاد دید که یک مار خوش خط و خال و خطرناک سرش را از آن بیرون آورد و به نرمی روی میز کهنه لغزید. یک بار دیگر صدای گلوله، سکوت خانه را شکست!

■

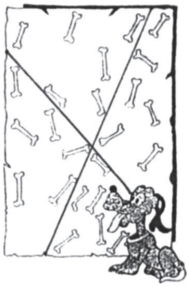
پاسخهای با هوش خود کلنجار بروید

بقیه از صفحه ۴۹

جای کدام چهره خالی است؟

چهره C۲ از مربع سمت چپ و B۱ از مربع سمت راست. بقیه چهره‌ها عبارتند از: A۱=A۳، B۱=B۲، C۱=B۳، A۲=C۲، B۲=A۱، B۳=A۲، C۱=B۳ و C۳=C۱.

تقسیم استخوان!



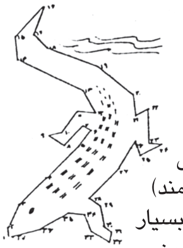
کدام ضرب‌المثل

رویت می‌دهم، به شرطی که لوس نشوی!

آدم برفی‌های دوقلو!

آدمک‌های H و O.

نقطه‌ها را به هم وصل کنید



آیا می‌دانید؟

۱ـ چینه چیتا (که برخی آن را هالیوود دوم می‌نامند) ۲ـ تخت خسرو پرویز که بسیار بزرگ و دارای طاق زرین و نرده‌های طلا و پله‌های آبنوس بوده ۳ـ مار بزرگ بدون زهر است که به آن «اژدرمار» هم گفته می‌شود. این جانور برای تامین غذای خود، با پیچیدن به دور طعمه خود، آن را درهم می‌شکند. ۴ـ کسی که بیش از یک زن دارد. ۵ـ جرج پنجم (پادشاه انگلستان در جنگ جهانی اول).

پاسخ جدول شماره ۳۲۱۶

بقیه از صفحه ۴۸

ب	ه	م	ن	ی	ا	ر	■	خ	■	ا	ی	ت	ا	ل	ی	ا
ی	■	ا	م	و	ن	■	س	و	پ	■	د	ر	ن	ا	■	ی
س	م	■	د	ن	■	ت	ا	ب	ا	ن	■	س	ه	■	ک	و
م	ا	د	■	س	ر	و	ر	■	ر	و	ی	ا	■	ح	ن	ا
ا	ل	ا	ف	■	گ	ن	ب	د	س	ر	خ	■	ن	ی	و	ن
ر	ه	■	ا	ک	■	ل	ا	و	ا	ن	■	ا	ه	■	ن	ه
ک	■	م	س	م	ط	■	ن	ق	ل	■	م	ب	ا	ح		و
■	ر	ا	د	ی	ا	ن	■	ر	■	ا	ی	ن	د	و	س	■
ا	خ	ر	■	س	ع	ی	د	ن	ف	ی	س	ی	■	ر	ا	ش
■	ت	ا	ل	ی	و	م	■	س	■	ن	ر	م	ب	ی	ز	■
ف	■	ل	ی	و	ن	■	د	ک	ل	■	ه	ی	م	ه	■	ا
ا	ک	■	ک	ن		س	ا	و	ا	ک	■	ن	ا	■	م	ن
ل	ا	د	ن	■	پ	ا	ن	ت	ی	و	ن	■	ن	ا	س	ا
ن	ر	م	■	س	ی	ر	ت	■	ز	ن	ب	ق	■	ل	ب	ه
ا	ه	■	ب	م	■	د	و	ر	ا	ن	■	ا	م	■	ب	ی
م	■	گ	م	ی	ل	■	ن	م	ل	■	ک	ن	ا	ر	■	ت
ه	ش	ت	ب	ه	ش	ت	■	ه	■	ج	ه	ا	ن	ا	ر	ا

خوشبخت کسی که به یکی از این دو چیز دسترسی دارد؛ یا کتابهای خوب یا دوستانی که اهل کتاب باشند. ●ویکتور هوگو

فیلم های بیست و چهارمین جشنواره فیلم فجر در بوته نقد

پرونده سینمای ۸۵

شکوفه راستی‌مهر

یک فیلم کوتاه دراز!

کارگران مشغول کارند (مانی حقیقی)

خیلی از فیلم‌ها را می‌توان مثال آورد که ساختنشان از جرقه زدن یک ایده حاصل شده است، اما معمولاً این‌گونه آثار وقتی توانسته‌اند موفق شوند که فیلمساز با همکاری فیلمنامه‌نویس موفق شده است داستانی کامل را در اطراف آن ایده به وجود آورد، یعنی آن ایده همچون هسته مرکزی عمل کرده و داستان همچون تار و پودی در اطراف آن تنیده شده است و این چیزی است که «کارگران مشغول کارند» فاقد آن است. فیلم، اصلاً انگار قرار نیست داستانی را دنبال کند. آدم‌هایی به قصه وارد یا از آن خارج می‌شوند که ویژگی چندان شاخصی ندارند که باعث پیشبرد داستان شود. حرفهای جسته و گریخته آدم‌ها درباره زندگی خانوادگی‌شان که قرار است با تلاش آنها در جهت از جا کندن سنگ بزرگ پیوند حاصل کند، به قوام نمی‌رسد و حتی فرار کردن رضا کیانیان و دوستش، وقتی که محمد زخمی شده است غیر از اشاره‌ای گذرا به عافیت‌طلبی شخصیت رضا کیانیان چیز دیگری دستگیرمان نمی‌کند! پس فقط چند تا آدم داریم که می‌خواهند سنگی را از جا بکنند و بعد چند نفر دیگر به کمک‌شان می‌آیند و بعد نتیجه نگرفته و با همه نقشه‌های نافرجامشان می‌روند، بدون اینکه نقشی در تقویت درونمایه داستان داشته باشند. پس همان هسته اصلی می‌ماند با شاخ و برگ‌هایی که اتصال‌شان با ساقه بسیار سست است و نتیجه فیلمی بلند می‌شود که داستانش تنها ظرفیت یک فیلم کوتاه را داراست.

یک فیلم و یک دختر بلاتکلیف!

یک شب (نیکی کریمی)

اگر اصلاً چشم‌پوشی کنیم از اینکه سینما قرار است یک هنر تصویری باشد و صدا معمولاً باید عامل کمک‌کننده تصویر در روایت داستان باشد و کاراکترها تا حد امکان نباید داستان خود را به زبان تعریف کنند و... که هزاران بار گفته شده و اما سینمای ما همچنان در بند دیالوگ‌های بحر طویل‌گونه درجا می‌زند. اولین ساخته نیکی کریمی یک اشکال خیلی بزرگ دیگر هم دارد. الگوی روایت فیلم همان الگوی معروف «سفر» است که طی آن قرار است شخصیت نگار (هانیه توسلی) در طول یک شب با آدم‌های مختلف روبرو شود و اتفاقات متفاوتی را از سر بگذراند. طبق منطق این‌گونه آثار شخصیت اصلی با از سر گذراندن این حوادث در طول سفر باید به درک متفاوتی از زندگی برسد و نقطه عطفی در زندگی‌اش حاصل شود و به نوعی تغییر و تحول و استحاله شخصیتی دست یابد، اما این یک قاعده کلی نیست و براساس نوع شخصیتی که روایت تعریف می‌کند، می‌توان به نتایج متفاوتی رسید، مثلاً اگر شخصیت صالحی منفعل تصویر شود، می‌تواند تنها در جایگاه راوی بنشیند و این داستانهای مختلف را که از سر می‌گذراند، تنها تعریف کند و در این صورت لزومی ندارد که حتی دگردیسی شخصیتی به وجود آید و تنها با فرمی مدرن از روایت سروکار داریم، اما در یک شب، تکلیف این قضیه مشخص نمی‌شود. نگار یک شخصیت فعال و «کنش‌گرا» است، این را در همان سکانس اول و در چالش با مادرش درمی‌یابیم، پس انتظار داریم که در ادامه داستان، او تنها یک راوی صرف نباشد و روبرو شدن او با سه نفر در ادامه فیلم تاثیری روی شخصیت‌اش بگذارد، اما عملاً این اتفاق نمی‌افتد و غیر از مورد اول که خودش یک پای ماجراست، در دو مورد دیگر که دخالت چندانی ندارد، تنها ناظر بی‌طرف ماجرا باقی می‌ماند و لحن اثر را چندپاره می‌کند.

تاثیر منفی عینیت گرایی

چهارشنبه‌سوری (اصغر فرهادی)

«رقص در غبار» و «شهر زیبا» آثار قبلی اصغر فرهادی فیلم‌های بدی نبودند، مشکلات روایتی، البته مشهود بود، اما نگاه واقع‌گرایانه فیلمساز با پرهیز از غلوهای معمول به دو موقعیت متفاوت اجتماعی در قالب شخصیت‌های آثارش، او را صاحب دیدگاه پخته‌ای می‌کرد که نگاه تند و تیز بسیاری از فیلمسازان حتی کهنه‌کارمان نیز فاقد این تدقین و ریزبینی بود، اما مشکل آن دو فیلم در تعامل با مخاطب آن بود که تعلیق‌اش روانی و درونی بود و به همین خاطر ریتم کند و کنش‌های شخصیت‌ها فاقد تولید عینیت بیرونی می‌شد.

حال در «چهارشنبه‌سوری» می‌بینیم که فیلمساز علاوه بر اینکه نخواسته برای جلب مخاطب، سینمای اجتماعی واقع‌گرای مورد علاقه‌اش را فراموش کند، همان نگاه پخته را این بار در فضای یک تنش عینی به باورپذیری می‌رساند. در اینجا شخصیت اصلی حاشیه‌نشین فیلم‌های قبلی فرهادی یک ناظر «حاشیه‌ای» اما فعال می‌شود و به جایش یک خانواده طبقه متوسط می‌نشیند.

فرهادی گرچه فصل‌های کامل و عالی از جزییات یک دعوای خانوادگی را با جملاتی که مرتباً قطع می‌شوند و جوّ روانی بیماری که به وجود می‌آورند و... کاملاً باورپذیر و بیرونی خلق می‌کند، اما از این هم غافل نیست که نمایش تمام عینیت نیز به درازگویی ختم می‌شود، پس ما دعوای اول را که شامل شکستن شیشه می‌شود نمی‌بینیم تا هم با عدم ارائه کامل اطلاعات، کنجکاوی مخاطب برانگیخته شود و هم ایجاز بیانی لازم ایجاد گردد، اما همچنان فیلم از لحاظ زاویه دید روایی یک مشکل ساختاری بزرگ دارد. تا جایی که همه چیز از زبان «روحی» (ترانه علیدوستی) روایت می‌شود، یک ابهام مناسب از وجود یا عدم خیانت مرد به زن در تاروپود اثر پیچیده شده است، اما در دوجا این زاویه دید درهم می‌ریزد و علاوه بر اینکه این ابهام را از بین می‌برد، انسجام ساختاری روایت را نیز دچار اشکال می‌کند. یکی، جایی است که خارج از پارک و در ماشین سمیعی، «سیمین» زن آرایشگر همسایه را می‌یابیم و دیگری سکانس پایانی که با جمله ناتمامی که قبلاً روحی به مژده گفته است، دوباره شکرآب شدن بین زن و مرد را درک می‌کنیم. درواقع علاقه فیلمساز به عینیت‌گرایی در این فیلم، بالاخره تاثیر منفی خود را هم گذاشته است. درحالی که فیلم می‌توانست در یک نوع ابهام پرمعنا باقی بماند، مقداری از ارزش‌هایش را فدای توضیح واضحات کرده است!

سوگنامه‌ای برای اهالی هنر

ستاره بود (فریدون جیرانی)

در این فیلم، ما با یک اثر کاملاً شخصی از سینمای خاص جیرانی طرف هستیم که جا برای حرف و حدیث‌های مخالف خوان باقی نمی‌گذارد. یک اثر کم‌نقص از فیلمسازی که می‌داند چگونه احساس خود را از یک واقعیت مستند با تماشاگرش درمیان گذارد و از او جواب بگیرد.

قسمت اصلی اثر که قرار است تنش‌های مهم داستانی و درنهایت، پیام فیلمساز در آن نقل شوند، چند فضای بسته است که فیلمساز به خوبی می‌تواند تعلیق‌های لازم جهت دنبال کردن فیلم توسط تماشاگر را در همین محدوده به خوبی ایجاد کند.

داستان از آنجا شروع می‌شود که یک پیرمرد مرموز به دفتر روزنامه‌ای زنگ می‌زند و در چند جمله منقطع می‌گوید که روح‌انگیز مرده است و دختر با کنکاش‌های ذهنی متوجه می‌شود که فرد مرده همان «روح‌انگیز سامی‌نژاد» بازیگر نقش «دختر لر»، اولین فیلم تاریخ سینمای ایران است. پس به تئاتر پارس می‌رود تا جسد را ببیند، اما «ابراهیم مشرقی»» سرایدار تئاتر به او اجازه نمی‌دهد و خواهان قبری در قطعه هنرمندان برای زن است.

از اینجا داستان در این گیرودار ادامه می‌یابد تا

اینکه دختر با تماس با هنرمندان قدیمی آنها را به این مکان می‌کشد تا مجوز ورود به منزل حقیر این بازیگر مرده را در طبقه فوقانی تئاتر بگیرد. پس از آمدن هنرمندان قدیمی، در نقطه عطف دوم تعلیق تازه‌ای با یک ابهام آغاز می‌شود که آیا این جسد مال همان روح‌انگیز است، درحالی که در خبرهای قدیمی آمده است که روح‌انگیز سامی‌نژاد در سال ۷۶ فوت کرده است. سپس در جایی هوشمندی جیرانی در استفاده از «مک گانین» هیچکاکی در این فیلم خاص، به یاری می‌آید تا اینکه تا اینجای کار کنجکاوی در ماهیت و هویت جسد، ما را به دنبال فیلم کشانده است، فیلمساز دنبال حرف دلش برود و اساساً فیلم تبدیل شود به سوگنامه‌ای در تنهایی و بی‌پناهی هنرمندانی بی‌نام و نشان که در عشق هنر با گمنامی و بدبختی دست و پنجه نرم می‌کنند و در همین وضعیت فلاکت‌بار نیز می‌میرند. پس دیگر هویت آن جسد نامعلوم چندان اهمیتی ندارد، بلکه مهم تئاتر آخری است که ابراهیم روی صحنه به صورت منفرد، نقشش را ایفا می‌کند و آن جسد را همچون هویت نامعلوم تمام آن هنرمندان ناکام بیان می‌دارد که حال تنها خواست‌شان از مرگ، دفن در قطعه هنرمندان است که دیگر از زندگی‌شان چیزی نمانده که ازش بخواهند! بیهوده نیست که دخترک خبرنگار نیز در این فصل‌های انتهایی، دوربین و ضبط خبرنگاری‌اش را فراموش می‌کند و همگام این هویت گم شده می‌شود.

قهرمان تراژیک حاتمی کیا

به نام پدر (ابراهیم حاتمی کیا)

حاتمی‌کیا باز هم روایتگر یک درام نفس‌گیر درباره آدم‌های جنگ درگیر در پلشتی‌های جامعه شهری است که این بار علاوه بر اینکه در بحران دیده نشدن و به ثمر نرسیدن آرمان‌هایشان دست و پا می‌زنند، بلکه در ماهیت همین آرمان‌هایی که همچنان به آنها اعتقاد راسخ دارند (برای خود و نه برای نسل بعد) دچار شک و تردید می‌شوند.

حالا قهرمان نمونه‌ای حاتمی‌کیا در جواب این پرسش حیران می‌ماند که چرا نسل بعد از خودش باید فدای جامه عمل پوشاندن آرمانها و اعتقادات او شود! درحالی که اصلاً آن آرزوها به ثمر ننشسته‌اند که هیچ، پای نسل جدید را هم که باید سالها او را راه ببرد و در راه اهداف منحصر به فردش به تکاپو وادارد، بریده‌اند و عملاً این نسل را با خودخواهی از حرکت پویا بازداشته‌اند.

شاید این تراژیک‌ترین نگاه حاتمی‌کیا به قهرمان جنگ خود باشد، وقتی که در بزنگاه روایت درمی‌یابیم مینی که پای دخترک معصوم را شکار کرده، همان است که روزی خود در این زمین کاشته بود و چاره‌ای نیست باد کاشتن و توفان درو کردن را، حتی اگر آن از روی ایمان و اعتقاد به هدف باشد، ولی توفان که بیاید همه چیز را با خود می‌برد و نابود می‌کند!

بی‌تناسب نیست اگر ناصر شفیعی رد نوار قرمز را بگیرد و به پای زخم خورده دخترش از جنگ برسد که در «از کرخه تا راین» دیده بودیم قهرمان ده سال پیش حاتمی‌کیا را در نمای تراولینگ مشابه دنبال کردن رد خون به مثابه رد اعتقادات راسخش. و حال پرسش حاتمی‌کیا این است که آیا دنبال کردن این سرخی به سرخی خونی که اکنون بدون هیچ دلیل منطقی و حتی دلی و اعتقادی به زمین ریخته است، می‌ارزید؟

قهرمان از اینجا رانده و از آنجا مانده حاتمی‌کیا در سکانس آخر فیلم درحال کشف مین به آسمانی نگاه می‌کند که رد جهت‌ها به نشانه ابزار جنگی همچنان در آسمان نمایان است، جنگی که دامنه‌اش می‌تواند همچنان چندین نسل را در خود و ویرانی‌های بعد از خود تحلیل ببرد و پای پویایی و رشد و نموش را بدون هیچ گناهی، دشمن‌خویانه از او بگیرد. قهرمانی که از اینجا رانده است، چون حاصل تمام تلاش‌هایش در راه آرمان به مؤسسه‌ای ختم می‌شود که به نام «خیریه» فعالیت‌های سودجویانه و کاسب‌منشانه اقتصادی انجام می‌دهد و از آنجا مانده است، چون دیگر نه می‌تواند بانسل جدید ارتباط برقرار کند و نه در مشکلاتی که خود برایش به وجود آورده تنهایش نگذارد!

سادگی و روشنفکری!

به آهستگی (مازیار میری)

سردخانه
سردخانه

ابتدای فیلم را درنظر نمی‌گیریم. منظورم همان جایی است که یک خانواده طبقه متوسط برای پیک‌نیک به پارک آمده‌اند. می‌رسیم به داستان یک کارگر جوشکار، از طبقه فقیر که در جنوب کار می‌کند، اما به او خبر می‌دهند که همسرش بدون خبر خانه را ترک کرده و هفت روز است برنگشته، کارگر به قیمت از دست دادن کار به بیغوله استیجاری‌اش در حومه کرج بازمی‌گردد و با پیگیری، زنش را در پزشکی قانونی مرده می‌یابد و بعد از مراسم کفن و دفن، یکی از کسبه محل به او اطلاع می‌دهد که همسرش نمرده و در مشهد است و قصاب محل او را دیده، پس در اینجا نقطه عطف اول ماجرا رخ می‌دهد، داستان پیش می‌رود و نقطه عطف دوم به جایی می‌رسد که زن به همسرش اعتراف می‌کند که در سفر به مشهد چه بر او گذشته است. آیا با اندکی دستکاری در فاصله بین نقطه عطف دوم تا پایان فیلم، این امکان وجود نداشت که یک داستان سرراست و ساده با همان شیوه‌های ساده داستان‌گویی پیش برود و به نتیجه برسد؟

فیلمنامه مواد و مصالح کار را به اندازه کافی تا یک‌سوم انتهایی دراختیار تماشاگر گذاشته است و اتفاقاً از پروسه پیچیده بیان این داستان ساده سربلند بیرون آمده است، اما چه دلیلی دارد که ناگهان تصمیم گرفته می‌شود، به بهانه اینکه داستان خیلی راحت گرفته نشود، بالاجبار یک ابهام درنیامده به پایان آن علاوه شود. آیا فیلمساز کسر شاءن خود دانسته که روایتگر داستانی خوب و تاثیرگذار از آدم‌های طبقه پایین اجتماع باشد و دغدغه‌های روشنفکری‌اش باعث شده با دست‌اندازیهای ساختاری نصفه و نیمه کار را با ابهامی ناتمام به پایان رساند! البته این به معنی تجویز نسخه‌ای برای فیلمنامه نیست. این ابهام هرچه که هست باید پایه و مایه درست و درمانی در فیلمنامه داشته باشد که به اندازه کافی ندارد.

در سکانس اول فیلم، آن خانواده طبقه متوسط را می‌بینیم و در ابتدای نیمه پایانی، دوباره آنها را درحال گوش دادن به نوار اعترافات زن خیانتکار می‌بینیم، درحالی که در تمام مدت، این خانواده طبقه متوسط رها شده بودند و حالا دوباره یکدفعه به جهان داستان پرتاب می‌شوند! بعد زمینی را شروع به کندن می‌کنند که معلوم است جسد زن خیانتکار در آن دفن شده، اما بعد دوباره زن را که از زندان آزاد شده می‌یابیم. «عدم قطعیت در واقعیت» که فیلمساز قصد ارائه مفهوم آن را دارد، نیازمند ارائه تمام و کمال قراردادی با تماشاگر است که «به آهستگی» فاقد آن است.

آزمایش سخت داوودی

تقاطع (ابوالحسن داوودی)

از فصل بسیار خوش ساخت تصادف پر و پیمان اتومبیل که بگذریم (که بسیار دقیق ساخته شده و بی‌اغراق بهترین صحنه پرتحرک تاریخ سینمای ایران است)، حوصله به خرج دادن کارگران در درست به‌بار آوردن اجزای داستان ستودنی است. در همان فصل‌های ابتدایی که فیلم برای سکانس تصادف مقدمه‌سازی می‌کند، زاویه دید تغییر می‌کند هنگام شروع مسابقه اتومبیلرانی «پدرام» و دختر عروسک‌گردان یک بار، شروع آن را از زاویه دید پدرام و «امیر» می‌بینیم و بار دیگر از زاویه دید دو دختر، بعد از تصادف نیز یک بار آن را از منظر مهندس حمید اسدی می‌بینیم و اظهارات آنها و پسرک فقیر گل‌فروش را از طریق تلویزیون مشاهده می‌کنیم. پس به قدر کافی و با بیانی تصویری و موجز، زمینه‌سازی شده است تا حال وارد زندگی تک تک این شخصیت‌ها شویم، خانواده‌هایشان را بررسی کنیم و به یک جمع‌بندی کلی درباره حال و هوای زندگی معاصر اجتماعی دست پیدا کنیم.

نام فیلم «تقاطع» است و آنقدر همین ایده تقاطع، مصالح دراختیار فیلمنامه‌نویس قرار داده که بتواند با ایجاد «تقاطع» بین زندگی شخصیت‌های دخیل در داستان، روایتگر زندگی همه آنها باشد، تا جایی که لازم است. و این از نادر مواردی است که برخورد تصادفی شخصیت‌های متقاطع محمل روایی پیدا می‌کند و امتیاز باورپذیری توسط تماشاگر را به دست می‌آورد.

پس حال با مجموعه‌ای از داستانک‌هایی طرف هستیم که از برخوردهای تصادفی شخصیت‌های این داستانک حاصل می‌شوند. از طریق دختر عروسک‌گردان وارد ماجرای عشق ناصری به دختر می‌شویم و بعد از تصادف، زندگی خانوادگی پدرام و امیر و مهندس اسدی را پی می‌گیریم. متخصص زنان بودن مادر امیر، باعث ایجاد این داستانک می‌شود که نوزاد زن تصادف کرده، زیر دست وی به دنیا آید و پیامدهای آن کورس اتومبیل در یک وجه خود پیگیری شود، خواهر پدرام با شادی دختر اسدی دوست است و از امیر که دوست پدرام است، در همان کورس، می‌خواهد که مادرش بچه شادی را سقط کند و... از خلال این خرده داستانها که به شیوه‌ای بسیار دقیق روایت می‌شوند، فیلمساز با از سر گذراندن آزمایشی سخت، دورنمایی از زندگی شهری معاصر را با موفقیت ارائه می‌دهد. ■

سحر خیزی بهترین عادت است، زیرا با این عادت عادات نیک دیگر تولید می گردد. • فرانکلین

رضا حیدریان:

می‌خواهم نمایشگاه نقاشی بزنم

دوستانش می‌گویند که رفتارش به هیچ وجه طی این سال‌ها تغییر نکرده است. رضا تنها بازیکن آسیایی است که موفق شده هفت بار با بازوبند کاپیتانی ایران کاپ رقابت‌های قهرمانی آسیا را بالای سر ببرد. اما او همچنان رفتار دوستانه‌ای دارد. او همچنان در منطقه زمان کودکی خود خیابان جیحون در غرب تهران زندگی می‌کند و با موتور سیکلت شخصی‌اش به این طرف و آن طرف می‌رود و علاقه زیادی برای آموختن شیوه‌های جدید هنری دارد. به رغم مشغولیت‌هایش در فوتسال ایتالیا، زمان زیادی را برای آموختن هنر ترسیم کاریکاتور نزد یک هنرمند ایتالیایی صرف می‌کند. به‌واقع که او چه تحملی دارد!

رضا یکی از بازیکنان تحصیل کرده تیم ملی است. ما در شرایطی با وی ملاقات کردیم که او در دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران همان جایی که او تحصیلاتش را به پایان برد حضور داشت. هم اکنون او برای تیم محلی چکانو یکی از شهرهای کوچک نزدیک رم ایتالیا بازی می‌کند. اما، همچنان زمان زیادی را با همکلاسی‌های سابقش در دانشگاه و دوستان زمان کودکی‌اش صرف می‌کند

◆اول از همه بگو چطور فوتسال را آغاز کردی؟

◆◆خیلی دیر این کار را انجام دادم. فکر کنم زمانی که دوازده یا سیزده سالم بود برای اولین بار پایم توپ را لمس کرد. آن هم تنها بر روی یک تصادف. بچه‌های مدرسه در هنگام زنگ تفریح مشغول بازی در حیاط مدرسه بودند و مثل همیشه من و دوستانم در گوشه‌ای از حیات با یکدیگر در حال گفت‌وگو بودیم که یکی از بازیکنان مصدوم شد. هم تیمی‌های او به سراغ ما آمدند و خواستند که یکی از ما با آنها فوتبال بازی کنیم و این زمانی بود که من برای اولین بار فوتبال را شروع کردم. من خیلی خوب فوتبال بازی کردم و خیلی زود این رشته ورزشی به یکی از علایق اصلی من تبدیل شد. پس از آن، گل کوچک زیاد بازی کردم. وقتی بزرگ‌تر شدم در مسابقات سالنی محلی بازی کردم. در سال ۱۹۹۵ زمانی که ۲۲ سال داشتم علی منصوریان من را به یکی از تیم‌های ایرانی که برای حضور در تورنمنتی به امارات رفته بود، دعوت کرد. من به آن تیم رفتم و در آنجا به عنوان بهترین گلزن و ارزشمندترین بازیکن شناخته شدم. دو ماه بعدش هم به تیم استقلال پیوستم

◆یعنی تا قبل از ۲۲ سالگی برای هیچ تیم باشگاهی بازی نکرده بودی!؟

◆◆خیر. در آن سن برای اولین بار بود که در تیم باشگاهی بازی می‌کردم. با استقلال در تورنمنتی روبروی تیم ملی بازی کردم و مقابل آنها بازی بسیار خوبی انجام دادیم. پس از آن به تیم ملی دعوت شدم و به یکی از بازیکنان کلیدی استقلال تبدیل شدم.

◆و تو در استقلال ماندی؟

◆◆بله. من تا سال ۲۰۰۳ و قبل از رفتن به ایتالیا در استقلال بودم

◆چه زمانی به تیم ملی رفتی و چطور با تیم ملی به عناوین مختلف دست پیدا کردی؟

◆◆در سال ۱۹۹۵ و در مسابقات تایگر کاپ برابر ایتالیا اولین بازی ملی‌ام را انجام دادم. پس از آن هفت بار قهرمان آسیا شدیم و تا به حال در دو جام جهانی شرکت کرده‌ام و دو بار موفق شدم با تیم ملی به مقام سوم تایگر کاپ دست پیدا کنم

◆خیلی‌ها معتقدند ظرف یکی - دو سال آینده ژاپن به قدرت اول آسیا بدل می‌شود؟!

◆◆فوتسال ژاپن طی چند سال اخیر پیشرفت چشمگیری داشته است و بی‌تردید از ابتدا تاکنون ژاپن حریف اصلی ما بود. من هنوز دیدار برابر ژاپن در رقابت‌های قهرمانی آسیا در سال ۹۹ که در آن ژاپن در نیمه اول دو گل از ما جلو افتاد را از یاد نبردم. در آن بازی که نیمه نهایی آن رقابت‌ها بود در نهایت موفق شدیم پنج سه این تیم را شکست دهیم.

◆و سال پیش هم که بازی را به ژاپنی‌ها واگذار کردیم؟! آیا انتظار چنین شکستی را از آنها داشتی؟

◆◆به خاطر می‌آورم پیش از آن که به ورزشگاه ژیمناسیوم ویتنام برویم یکی از روزنامه‌نگاران ایرانی نزد من آمد و پرسید نتیجه را چطور پیش بینی می‌کنی، من گفتم که تنها آرزو می‌کنم که بتوانیم آنها را شکست دهیم. یک بر صفر نیز کافی است. مهم‌ترین چیز پیروزی است. همه می‌دانستند که دیدار بسیار سختی خواهد بود. اما ما انتظار شکست را نیز نداشتیم.

◆فوتسال ایران را در آینده در قاره آسیا چگونه پیش بینی می‌کنی؟

◆◆فوتسال روز به روز سخت‌تر می‌شود. چرا که بسیاری از کشورها در حال برنامه‌ریزی سخت برای قدرتمند کردن تیم‌های کشورشان هستند. در چند سال گذشته حتی برزیل در تورنمنت‌های مختلف از اسپانیا شکست خورد. برزیل مهد فوتسال دنیا است. این بدان معنی است که تکنیک به تنهایی نمی‌تواند کافی باشد. اگر ما می‌خواهیم فوتسال کشورمان پیشرفت کند باید به سیستم جوانگرایی اعتماد کنیم. ما در جام جهانی ۱۹۹۲ قهرمان جهان شدیم. معتقدم مربیان بهترین طراحان برنامه برای کودکان و بازیکنان جوان هستند. تفاوت‌های عمده‌ای بین تکنیک در فوتسال و فوتبال وجود دارد. ما به سوی پیشرفت نمی‌رویم و به لحاظ تاکتیک، تکنیک و سرعت و قدرت بدنی با کمبودهایی روبرو هستیم

◆خیلی‌ها می‌گویند که پس از بازنشستگی شمسایی و حیدریان، فوتسال ایران تیم قوی نخواهد بود آیا با این نظریه موافقی؟

◆◆البته چنین صحبت‌هایی در ایران نیز مطرح می‌شود. اما من اعتقاد دارم که در فوتسال ایران استعدادهای زیادی وجود دارد. اما مشکل این است که سیستم برای کشف و پرورش این استعدادها وجود ندارد. یک فوتسالیست جوان نمی‌داند کجا می‌تواند فوتسالش را آغاز کند. اگر این شرایط ادامه داشته باشد فوتسال ایران ضعیف‌تر و ضعیف‌تر خواهد شد. اما اگر این شیوه تغییر کند بازیکنان بسیاری همچون شمسایی و من پیدا خواهند شد

◆سال‌های زیادی را در کنار وحید در تیم استقلال و تیم ملی گذراندی. نظرت در مورد شمسایی چیست؟

◆◆او بازیکن بزرگی است. در این سال‌ها ما به درک خوبی برای بازی کردن کنار یکدیگر دست پیدا کردیم. من می‌دانم که او به چه توپ‌هایی احتیاج دارد و چه موقع او تصمیم به پاس دادن به هم تیمی‌هایش می‌گیرد و او می‌داند چطور و کی من پاس‌هایم را برایش ارسال می‌کنم. در تیم ملی به جز دو بار ما همواره کنار یکدیگر بازی کرده‌ایم

◆با مربیان زیادی از جمله حسین شمس، ویک هرمانس، انصاری‌فر و ژوراندیرو در تیم ملی کار کردی، نظرت در مورد آخرین مربی تیم ملی چیست؟

◆◆ژوراندیرو فوتسال را به خوبی می‌شناسد و تلاش می‌کند که تمام اطلاعات خود را به بازیکنان انتقال دهد. او توجه زیادی به ضربات کرنر و ایستگاهی دارد. فکر می‌کنم که این شیوه بسیار مهمی باشد چرا که بسیاری از تیم‌های سطح بالای دنیا از این شیوه برای گلزنی استفاده می‌کنند. او برای آن که خود را نشان دهد به زمان بیشتری احتیاج دارد

◆ژوراندیرو تجربه‌ای در این سطح ندارد آیا فکر نمی‌کنی که این مساله برای تیم ملی مشکل‌ساز باشد؟

◆◆ژوراندیرو کسی است که از کازیاس دوسول آمده. او یکی از تمرین دهنده‌های آنجا بوده که فوتسال را به خوبی می‌شناسد. او درک خوبی نیز از مربیگری در فوتسال دارد. ژوراندیرو در تصمیمات مهم ضعف‌هایی دارد و تاثیر تعویض‌هایش در طول بازی زیاد به چشم نمیخورد. فکر می‌کنم که برای کمک به او و به تیم ملی نیاز است که از یک دستیار خوب در کنارش استفاده شود. پیکولی مربی بدنسازمان با تیم ملی در ویتنام حضور داشت. او مربی باهوشی بود که نظرات بزرگی نیز در فوتسال داشت هر چند که او یک مربی بدنساز بود. شنیده‌ام که کارلوس باربوسا به او پیشنهاد داده اما امیدوارم که او همچنان در کنار ما بماند

◆در میان مربیانی که تاکنون با آنها کار کرده‌ای کدام یک توانایی بهتری در هدایت تیم هنگام مسابقه دارند؟

◆◆فکر می‌کنم ویک هرمانس این چنین بود. او در مدت بسیار کوتاه دو یا سه ماهه که در کنار ما بود خیلی خوب کار کرد. نه تنها او یک مربی خوب بود بلکه تمرین دهنده‌ی بسیار خوب و رفتار بسیار دوستانه‌ای با بازیکنان داشت. او توانایی زیادی در انتقال اطلاعاتش به بازیکنان داشت

◆به غیر از توانایی‌های تکنیکی فکر می‌کنی چه تفاوتی با دیگر بازیکنان داری؟

◆◆رهبری. مشکل بازیکنان ما این است که هنگام بازی تنها به نقش شخصی خود در زمین فکر می‌کنند و توجهی به دیگر بازیکنان هم تیمی ندارند. من تلاش می‌کنم که رهبری خوب برای هم‌تیمی‌هایم باشم

◆در دو جام جهانی برای ایران بازی کرده‌ای و متاسفانه در بار دوم بدترین نتایج تاریخ فوتسال ایران را کسب کرده‌اید. نظرت در مورد جام جهانی بعدی چیست؟

◆◆صادقانه بگویم اگر ما به همین روش خود ادامه دهیم ممکن است نتوانیم به جام جهانی صعود کنیم

◆گل‌های بسیاری را به ثمر رسانده‌ای کدام یک از این گل‌ها خاطره‌انگیزتر بوده است؟

◆◆گل‌زنی همیشه شیرین است. اما گلی که در جام ملت‌های آسیا در سال ۲۰۰۱ برابر ازبکستان به ثمر رساندم را هیچ گاه از یاد نمی‌برم. پس از دریافت توپ از زمین خود بازیکنان را دریبل کردم و با ضربه‌ای توپ را به دروازه‌ی این تیم رساندم

◆راجع به فن‌های مخصوص خود بگو. چگونه آنها را اختراع کردی؟

◆◆برای مدت طولانی آنها را تمرین می‌کنم. در ایتالیا بعضی از بازیکنان نزد من می‌آیند و می‌خواهند بدانند که چگونه این کار را انجام می‌دهم و شیوه دریبل‌زنی لب خط را چگونه یاد گرفتم. اگر شما فوتبال گل کوچک من را تماشا کنی، من تکنیکی دارم که می‌توانم بدون این که اجازه دهم دروازه‌بان حریف حرکت کند گل به ثمر برسانم. من از این شیوه در فوتسال نیز استفاده کردم

◆آیا این روش‌ها ارتباطی بین تکنیک‌های فردی و هنری دارد؟

◆◆فکر می‌کنم این چنین باشد. چرا که در هر دو تمرکز احتیاج است

> **■ ای کاش هیچ گاه پایم به توپ نخورده بود و من می‌توانستم به نقاشی کردن ادامه دهم**

◆چطور متوجه علاقه‌ات به کارهای هنری شدی؟

◆◆نقاشی یکی از عادات من از زمان بچگی است و پس از آن مهارت‌هایی را از آقای غنچه‌ای که یکی از بهترین‌های این رشته در ایران است آموختم. پس از نه سال من نقاشی با آبرنگ را شروع کردم

◆آیا تا به حال نمایشگاه شخصی داشته‌ای؟

◆◆تاکنون خیر. اما فکر می‌کنم که بتوانم پس از پایان دو یا سه نقاشی دیگر نمایشگاه اختصاصی خود را افتتاح کنم

◆در مورد موسیقی چی؟

◆◆من به پیانو علاقه دارم. اما متاسفانه تمرینات فوتسال من را از موسیقی و نقاشی دور کرده است

◆برنامه‌ای برای پس از بازنشستگی‌ات داری؟

◆◆حتماً من به هنر بازخواهم گشت. می‌خواهم که نقاشی را ادامه بدهم

◆و در ورزش؟

◆◆در ورزش، می‌خواهم کودکان و جوانان علاقه‌مند به فوتسال را آموزش دهم. اگر تا چند سال دیگر در ایتالیا بمانم در دوره‌های مربیگری شرکت خواهم کرد. پس از آن تجربیات بسیار بهتری را برای انتقال اطلاعاتم به جوانان ایرانی خواهم داشت

◆بسیاری از بازیکنان جوان به دنبال کسب درآمد بیشتر، خانه‌هایی خوب و ماشین هستند و می‌خواهند مشهور شوند اما نکته مشخص این است که تو به هیچ یک از این مسایل توجه نداری؟

◆◆فکر نمی‌کنم که این‌ها را به دست آورده باشم. فوتسال تنها بخشی از زندگی من است. برایم بسیار مشکل است که به خاطر فوتسال به علایقم و هنر پشت کنم. ارزشمندترین چیز فوتسال این است که من بخشی از تیم ملی هستم. این آرزوی بزرگ برای هر کسی در کشور است. مشهور شدن مهم نیست. من سعی می‌کنم که ساده بمانم مانند تمام دوستانم

◆تا به حال ماشین شخصی نداشته‌ای چرا؟

◆◆یکی از دلایلش مشکلات مالی‌ام است و دوم این که من با موتور سیکلت راحت‌ترم

◆شاید تنها بازیکن فوتسال ایرانی باشی که هرگز به خاطر پول به فوتبال نیامدی؟

◆◆من فرصت‌های زیادی را برای حضور در فوتبال به دست آورده‌ام. فتح‌الله‌زاده مدیرعامل پیشین باشگاه استقلال بارها از من خواست که با تیم فوتبال تمرین کنم. اما برای من مهم‌ترین چیز این بود که از زندگی‌ام لذت ببرم. من عاشق فوتسال هستم و نمی‌خواستم که آن را ترک کنم

◆اگر به ده سال گذشته بازگردی آیا همچنان علاقه داری که فوتسال بازی کنی یا می‌خواهی به فوتبال بروی؟

◆◆اگر من بخواهم بازی کنم بار دیگر فوتسال در اولویت خواهد بود. تکرار می‌کنم اگر بخواهم بازی کنم. چرا که برخی مواقع آرزو می‌کنم که ای کاش هیچ گاه پایم به توپ نخورده بود و من می‌توانستم به نقاشی کردن ادامه دهم. از طرفی دیگر پیراهن تیم ملی پوشیدن یک افتخار است

◆تو شیفته هنری. آیا قصد نداری روزی تحصیلات خود را در هنر ادامه دهی؟ یا فکر می‌کنی که تمرینات فیزیکی برایت بیشتر مفید خواهد بود؟

◆◆اگر من به عنوان یک مربی با جوانان کار کنم برای من سودمندتر خواهد بود. فکر می‌کنم که بتوانم روزی مدرک دکترا بگیرم. همچنین می‌خواهم که آموخته‌های هنری خود را افزایش دهم و در دوره‌های مختلف هنری شرکت کنم

◆نکته‌ی دیگری هست که بخواهی بگویی؟

◆◆از شما تشکر می‌کنم. تیم‌های آسیایی سخت تلاش می‌کنند. امیدوارم که آنها سریع‌تر رشد کنند. چرا که رشد فوتسال آسیا و کسب نتایج خوب در جام جهانی منافع زیادی برای کل قاره و نه تنها ایران، ژاپن و تایلند دارد

دین تنها یکی است، اما اعتقادات ممکن است انواع زیاد داشته باشد. • کانت

خرابی تلفن‌ها در مواقع شکست

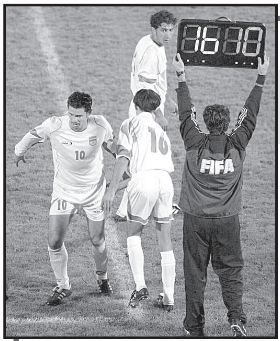
فدراسیون شمشیری، آخرشه!

هفته گذشته همه نگران تیم ملی شمشیربازی بودیم، چون هیچ کس از آنها که برای انجام مسابقه به فرنگ رفته بودند خبری نداشت، اما سرانجام پس از یک هفته بی‌خبری کامل از تیم ملی شمشیربازی مطلع شدیم که تیم اسلحه اپه در مسابقات جهانی کاپ آزاد کویت نتوانسته نتیجه درخور توجهی به دست آورد و این درحالی است که حتی یک خبر کوتاه هم از وضعیت این تیم دراختیار رسانه‌ها قرار نگرفت.

روابط عمومی فدراسیون شمشیربازی هم از ما بی‌خبرتر، انگار نه انگار این تیم برای انجام مسابقات جهانی به کویت رفته است. جالب این است که وقتی دلیل این کار را از علیرضا پورسلمان، دبیر فدراسیون و سرپرست تیم اعزامی پرسیدیم، او اختلال در سیستم تلفن همراه خود را اصلی‌ترین دلیل عنوان کرد تا ما از خودمان بپرسیم، در کشوری مثل کویت یک عدد تلفن پیدا نمی‌شد که بوسیله آن خبری به ایران مخابره شود؟!

البته بعد فهمیدیم تیم ملی شمشیربازی در همان بازی نخست مقابل سوئیس تن به شکست داده و از گردونه رقابتها حذف شده است و در بخش انفرادی‌ها شمشیرباز ما حتی جز ۶۴ نفر هم نبوده است.

جالب است بدانید همین ماجرا وقتی تیم شمشیربازی به تونس رفت و باخت هم اتفاق افتاد. البته جای تعجب دارد که چرا این مشکلات در بازیهای غرب آسیا که ایران توانست به چند مدال دست یابد، پیش نیامد؟



با وجود افزایش فشارهای سیاسی علیه ایران

ایران از جام جهانی حذف نمی‌شود

فیفا تاکید دارد که جنجال‌های سیاسی وارد محدوده فوتبال نشوند.

ناصر نوآموز نایب رئیس فدراسیون فوتبال با تاکید بر این موضوع می‌گوید: فیفا بارها اعلام کرده که اجازه نخواهد داد سیاسیون در تصمیم‌گیریهای این ارگان دخالت کنند. با این اوضاع، امکان حذف ایران از جام جهانی در حد صفر است.

اما عده‌ای هنوز هم می‌گویند: ارجاع گزارش فعالیت‌های هسته‌ای ایران به شورای امنیت سازمان ملل متحد به معنای آغاز بعضی تحریم‌ها علیه ایران است و شاید حذف ایران از جام جهانی در دل این تحریم‌ها قرار گیرد.

این درحالی است که غلامحسین زمان‌آبادی سخنگوی فدراسیون فوتبال معتقد است چنین اتفاقی رخ نخواهد داد: سپ بلاتر به شدت در برابر این جریان ایستاده است. ضمن آنکه فیفا برای برنامه‌ریزیهای خود محدودیت‌هایی دارد که به دلیل همان محدودیت‌ها اجازه مطرح شدن نامی غیر از کشور ایران را نخواهد داد.

برنامه هفته بیست و سوم لیگ برتر

جمعه ۸۴/۱۱/۲۸

فجر سپاسی شیراز با استقلال تهران
(ورزشگاه حافظیه شیراز، ساعت ۱۴/۱۵)
شهید قندی یزد با فولاد خوزستان
(ورزشگاه شهید نصیری، ساعت ۱۵/۱۵)
استقلال اهواز با پاس تهران
(ورزشگاه تختی شوشتر، ساعت ۱۵/۱۵)
سایپا تهران با صبا باتری
(ورزشگاه انقلاب کرج، ساعت ۱۵/۱۵)
شموشک با ذوب آهن اصفهان
(ورزشگاه شهدای نوشهر، ساعت ۱۵/۱۵)
سپاهان اصفهان با ملوان بندرانزلی
(ورزشگاه نقش جهان، ساعت ۱۵/۱۵)
راه‌آهن تهران با ابومسلم
(ورزشگاه اکباتان، ساعت ۱۵/۱۵)
پرسپولیس با برق شیراز
(ورزشگاه آزادی، ساعت ۱۶/۱۵)

جدول رده‌بندی رقابت‌های لیگ برتر

تیم	بازی	برد	تساوی	باخت	زده	خورده	تفاضل	امتیاز
۱– استقلال تهران	۲۲	۱۲	۷	۳	۳۰	۱۳	۱۷	۴۳
۲– سایپا	۲۲	۱۰	۱۱	۱	۳۳	۱۴	۱۹	۴۱
۳– پاس	۲۲	۱۰	۹	۳	۲۷	۱۴	۱۳	۳۹
۴– ذوب آهن	۲۲	۹	۶	۷	۲۹	۲۱	۸	۳۳
۵– فجرسپاسی	۲۲	۷	۱۲	۳	۲۱	۱۶	۵	۳۳
۶– صباباتری	۲۲	۸	۹	۵	۲۲	۲۱	۱	۳۳
۷– فولاد	۲۱	۹	۵	۷	۲۵	۲۴	۱	۳۲
۸– سپاهان	۲۲	۹	۳	۱۰	۲۳	۲۲	۱	۳۰
۹– پرسپولیس	۲۲	۷	۷	۸	۲۸	۲۹	−۱	۲۸
۱۰– ابومسلم	۲۲	۶	۹	۷	۱۶	۱۸	−۲	۲۷
۱۱– ملوان	۲۲	۷	۴	۱۱	۲۱	۳۲	−۱۱	۲۵
۱۲– راه‌آهن	۲۲	۶	۶	۱۰	۱۸	۲۹	−۱۱	۲۴
۱۳– استقلال‌اهواز	۲۲	۶	۵	۱۱	۲۷	۳۰	−۳	۲۳
۱۴– برق شیراز	۲۲	۵	۸	۹	۱۳	۲۲	−۹	۲۳
۱۵– شموشک نوشهر	۲۱	۴	۶	۱۱	۱۵	۲۹	−۱۴	۱۸
۱۶– شهیدقندی	۲۲	۴	۵	۱۳	۱۴	۲۸	−۱۴	۱۷

گاز قطع شد، گرجستان انصراف داد

به دنبال بحران گاز در کشور گرجستان، تیم ملی کشتی آزاد این کشور برای برگزاری اردوی آماده‌سازی خود برای حضور در جام جهانی ساری دچار مشکل شد تا از حضور در این مسابقات انصراف دهد.

انگار قسمت نیست این بازیها با ۶ تیم و در ۲ گروه برگزار شود. چون قبل از انصراف گرجستان، آمریکایی‌ها هم انصراف خود را از حضور در ساری اعلام کرده بودند که با هزار و یک زحمت فیلا ترکیه را جایگزین این تیم کرد.

روسیه، اکراین و کوبا دیگر تیم‌های جام جهانی کشتی در ساری هستند. حضور گرجستان هم تا این لحظه ۵۰-۵۰ است. این مسابقات از شنبه هفته آینده آغاز می‌شود.

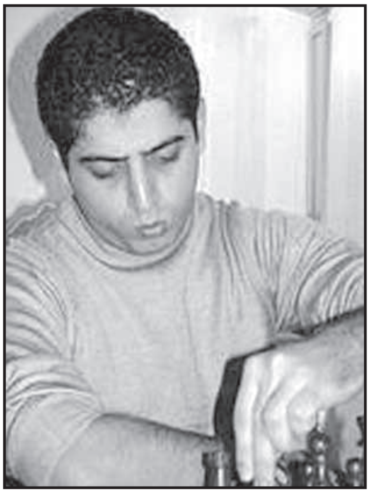
ایران -مالی، عمراً

این درست که تیم ملی ایران در راه آماده‌سازی جام جهانی با کمبود حریف تدارکاتی مواجه است، اما باز هم دلیل نمی‌شود که فدراسیون فوتبالمان پیشنهاد مالی را که معلوم نیست در رنکینگ فیفا کجای جدول قرار دارد! بپذیرد.

در نامه فدراسیون فوتبال ایران، پایین بودن مالی در فهرست برترین تیم‌های ملی جهان دلیل اصلی نپذیرفتن این پیشنهاد عنوان شده است. ما هم بدجوری این رنکینگ فیفا را جدی گرفتیم ها!

قائم‌مقامی ۹۶ نفر را برد

در شماره گذشته مجله اطلاعات هفتگی با احسان قائم‌مقامی در مورد بازی همزمان او با ۱۰۰ شطرنج‌باز صحبت کرده بودیم. آن مسابقه هیجان‌انگیز برگزار شد و ۸ ساعت هم به طول انجامید. و احسان که در مصاحبه با ما گفته بود می‌خواهم ۱۰۰ نفر را یک جا ببرم، ۹۶ نفر را برد و فقط در ۴ صفحه نتوانست پیروز شود.



۹۶ برد، ۳ تساوی و البته یک باخت. حالا رکورد بازی همزمان دراختیار اوست. راستی شما دوست داشتید جای آن یک نفری باشید که احسان را بین ۱۰۰ نفر برد؟!

هواپیمایی هما علیرغم کوهی از مشکلات
در خدمت مردم است

To Fly,So Gi
our Hand

دکتر سعید حسامی مدیرعامل هواپیمایی هما طی جلسه‌ای مطبوعاتی درباره ناوگان هوایی و کارشکنی‌های آمریکا و غرب مطالبی را متذکر شد.

وی در ابتدای جلسه گفت: هواپیمایی هما در طول شبانه‌روز ۱۵۰ پرواز در کشور انجام می‌دهد و نزدیک به ۴۰ هزار نفر را جابه‌جا می‌کند.

دکتر حسامی ضمن ابراز این نکته که رضایت‌مندی مردم محور اصلی کار ماست گفت: وظیفه ما خدمت‌رسانی است و چند محور را برای خدمت‌رسانی بهتر درنظر گرفته‌ایم. امسال برای بهبود کیفیت خدمت‌رسانی از عملیات پروازی حج شروع کردیم و سعی نمودیم آنها را فقط به چشم یک مسافر نبینیم و خدمات ویژه‌ای را دراختیارشان قرار دادیم. مثلاً کانترهایی جهت اطلاع‌رسانی و کمک ایجاد کردیم، کانتر پذیرایی رایگان گذاشتیم و در تمام طول مدت پرواز از حجاج پذیرایی کردیم. همچنین یک منوی ویژه حج تهیه شد که هم از لحاظ حجم و هم تنوع و کیفیت و سطح رضایت‌مندی بسیار بالا بود.

مدیرعامل هواپیمایی هما گفت: امسال کمترین تاخیر طی سالهای اخیر را در پروازهای رفت حجاج داشتیم (کمتر از ۴ دقیقه) که حتی از تاخیرهای استانداردهای بین‌المللی هم کمتر بود و جالب اینکه میانگین تاخیر در سال گذشته ۲۶ دقیقه بود. گذشته از اینکه امسال برای تاخیری که بیش از پنج ساعت طول کشید و دلایل خاصی هم داشت به مسافران خسارت پرداخت شد بعلاوه اینکه هدیه نفیسی موقع سوار شدن آنها به هواپیما تقدیم و از آنها عذرخواهی کردیم.

دکتر حسامی گفت: بنا به اظهارات جناب حجت‌الاسلام محمدی ری‌شهری امسال یکی از بهترین عملیاتهای اعزام حج را در طی سالهای بعد از انقلاب داشته‌ایم.

همچنین امسال نگذاشتیم بار حجاج بعد از حجاج به فرودگاه برسد و هواپیمایی باری اجاره کردیم تا بار اضافی را همزمان با ورود حجاج به کشور برساند.

مدیرعامل هواپیمایی هما درخصوص تحریم ناوگان هوایی ما توسط آمریکا و کشورهای غربی گفت: علی‌رغم همه مشکلات هیچ‌گاه نگذاشتیم تحریم‌ها اثر سوء خود را روی پروازهای ما بگذارد و به نوعی تحریم را بی‌اثر کرده‌ایم. ما از طریق ایکائو و سازمان هواپیمایی کشوری اعتراضات خود را نسبت به اقدام آمریکا انتقال داده‌ایم و در ضمن کمیته تحریم تشکیل داده‌ایم و این کمیته به‌زودی به کمیته ملی بخش هوایی تبدیل خواهد شد و تمام تلاشمان این است که این مسائل و تحریمها روی ایمنی پروازها اثری نگذارد.

حسامی افزود: یک موتور هواپیما می‌خریم و با هزار مشکل آن را به نزدیکترین مکان به کشور می‌رسانیم، اما آمریکا متوجه می‌شود و به هر ترفندی نمی‌گذارد وارد کشورمان شود. کشورهای اروپایی هم در مقابل آمریکا به یک موجود بسیار ضعیف تبدیل شده‌اند و وقتی آمریکا اعلام می‌کند هیچ قطعه هواپیما را به ایران ندهید آنها هم دستشان را به علامت تسلیم سریع بالا می‌برند.

مدیرعامل هواپیمایی هما با اشاره به اینکه جابه‌جایی مسافر هیچ ربطی به مسائل سیاسی ندارد گفت: آنهایی که دم از حقوق بشر می‌زنند ببینند چگونه حق مردم ایران را تضییع می‌کنند. صنعت هوایی مسافری که دیگر نظامی نیست. کاربرد دوگانه هم ندارد. متاسفانه با شرایطی که برایمان پیش آمده برای خرید یک قطعه هواپیما باید به بازار سیاه مراجعه کنیم.

دکتر حسامی درخصوص پرداخت خسارت در پروازهای داخلی گفت: پرداخت خسارت در پروازهای داخلی هیچ مبنایی ندارد اما ما از دو ماه قبل اعلام کردیم برای تاخیر خسارت پرداخت می‌کنیم. البته شما تصور نکنید تاخیر منحصر به هواپیمایی ایران است حتی شرکتهای بزرگ هواپیمایی اروپا هم تاخیر دارند. خوشبختانه میانگین تاخیر ما در ماه گذشته ۸ دقیقه بوده است.

مدیرعامل هما درخصوص بحث خرید هواپیماهای روسی گفت: خرید هواپیمای روسی در دستور کار ماست و دو - سه هفته قبل هم سفری به مسکو داشتیم. از نظر فنی هواپیماهای روسی هواپیماهای مطمئنی هستند و برخلاف آنچه گفته می‌شود ایمنی آنها از هواپیماهای غربی بالاتر است.

حسامی در ادامه افزود: برنامه‌مان این است که حداقل هر فرودگاه هفته‌ای سه پرواز داشته باشد. ما اعتقادمان بر این است که هواپیما روی زمین بماند نه مسافر.

نوروز امسال هم بلیت گران نخواهد شد و پیش‌فروش هم نداریم و سعی خواهیم کرد که علاوه بر پروازهای عادی، پروازهای فوق‌العاده هم بگذاریم.

حسامی گفت: تا پایان سال ناوگان ایران ایرتور باید به ۲۰ فروند برسد. قراردادهای این خریدها بسته شده و هواپیماها از انواع توپولوف ۱۵۴ و ۲۰۴ و هواپیماهای MD هستند.

در پایان جلسه هم مدیرعامل هواپیمایی هما و مدیرکل روابط عمومی آن آقای برزگر به سوالات خبرنگاران پاسخ دادند.

از متن و حاشیه جلسه

- مدیرعامل هواپیمایی گفت: در تمام طول عمر هما یک سانحه داشته‌ایم که آن هم مربوط به سقوط هواپیما در سال ۵۸ بود که مربوط به خطای خلبان بود.

- بیشتر اتفاقات هواپیمایی نظامی بوده است.

میانگین سانحه یک میلیون پرواز ۸۵ صدم است دنیا برنامه‌اش این است که هفت‌دهم شود.

- در هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران در ازای یک میلیون پرواز ۷۵ صدم سانحه داشته‌ایم.

- مدیرعامل هواپیمایی هما گفت من هیچ‌گاه همانند مدیرکل روابط عمومی هما موبایلم را دراختیار مطبوعاتی‌ها قرار نداده‌ام.

- حسامی گفت: بعضی اطلاعات ما محرمانه است و نمی‌توانیم آنها را در خدمت مطبوعات قرار دهیم.

- حسامی گفت: بروبچه‌های مطبوعات می‌توانند از قسمت‌های مختلف هواپیمایی در هر زمانی دیدن کنند.

- در بک‌گراند میز جلسه تابلویی به چشم می‌خورد که در آن پرنده‌ای بالهایش را گشود و درحال اوج گرفتن بود و این جمله را به زبان خارجی زیر آن نوشته بودند.

If you think it‘s hard to Fly so give us your hand.

◆امسال کمترین تاخیر طی سالهای اخیر را در پروازهای رفت حجاج داشتیم (کمتر از ۴ دقیقه) که حتی از تاخیرهای استانداردهای بین‌المللی هم کمتر بود

هر کس که به مطالعه و درس کالبدشناسی بپردازد، به اعتقاد من هرگز منکر خدا نخواهد شد. ● هربرت

واکسن سرماخوردگی نزنید!

قبل از خواندن این گفت و گو

از: رویا فرهادنیا

یکی از بیماریهایی که همیشه گریبانگیرمان می‌شود «سرماخوردگی» یا آنفلوانزا است که در این میان کودکان بیش از دیگران در معرض ابتلا به آن می‌باشند و خانواده‌ها سعی دارند تا هرطور شده کودکان خود را از شر این بیماری مصون سازند و گویا به‌تازگی تزریق واکسن سرماخوردگی رواج یافته است. ولی آیا به‌راستی واکسن سرماخوردگی وجود دارد؟! چراکه ما درحین تهیه این گفتگو متوجه شدیم که تا به حال واکسنی به نام سرماخوردگی هنوز کشف نشده است! و... پس گفتگوی این هفته را از دست ندهید و با ما همراه شوید تا اطلاعات بدست آمده از آقای **دکتر سیدمحسن زهرایی** متخصص بیماری‌های عفونی را دراختیار شما قرار دهیم.

○**آیا واکسنی به نام سرماخوردگی وجود دارد؟**

○○این یک اصطلاح غلط است که در بین عوام جاافتاده که شاید منشاء آن برخی از همکاران ما باشند که «واکسن آنفلوانزا» را واکسن سرماخوردگی عنوان می‌کنند ولی در اصل هنوز در هیچ کشوری واکسن سرماخوردگی ساخته نشده و بد نیست بدانید که واکسن آنفلوانزا از بروز سرماخوردگی جلوگیری نمی‌کند و این واکسن تاثیری بر سایر ویروسها و بیماریهای مشابه هم ندارد!

○**پس اول بگویید آنفلوانزا چه نوع بیماری است؟**

○○بیماری آنفلوانزا یک بیماری حاد ویروسی دستگاه تنفسی است که معمولاً خود محدودشونده است و در موارد همه‌گیری عوارض و مرگ و میر بیشتری دارد و علائم آن تب بالای ۳۸ درجه سانتی‌گراد، سردرد، خستگی، بدن درد، آبریزش از بینی و چشم، ناراحتی گلو و سرفه می‌باشد.

○**راه انتقال آن چگونه است؟**

○○راه انتقال از طریق ترشحات حلق و بینی بیماران که مخزن عفونت است می‌باشد و همچنین سرفه و عطسه باعث انتقال بیماری می‌شود.

○**به چه کسانی توصیه می‌کنید که حتماً این واکسن را بزنند؟**

○○واکسن آنفلوانزا برای افراد خاصی توصیه می‌شود و همه افراد ضرورتی به دریافت این واکسن ندارند. افرادی که بیشتر در معرض خطر عوارض ناشی از آنفلوانزا هستند طبیعتاً توصیه می‌شود که واکسن را بزنند مثل: گروههای سالمند بالای ۶۵ سال جامعه، مبتلایان به بیماریهای مزمن ریوی، کلیوی، قلبی و نقص ایمنی - کودکان ۶ ماه تا ۲۳ ماه و کودکانی که به مدت طولانی تحت درمان با آسپیرین بوده‌اند و همچنین پرسنل بهداشتی درمانی.

○**معمولاً کودکان در سنین مدرسه، هسته اولیه انتشار آلودگی محسوب می‌شوند بنابراین خانواده‌های این رده سنی از این واکسن بیشتر استقبال می‌کنند نظر شما چیست؟**

○○به نظر من فقط برای گروههایی که قبلاً عنوان کردم توصیه می‌شود که واکسن دریافت کنند و افراد عادی جامعه ضرورتی برای دریافت واکسن ندارند.

○**آیا این واکسن اثرات جانبی دارد؟**

○○ببینید واکسن‌ها هم مثل همه مواد بیولوژیک دیگر یکسری عوارض جانبی دارند، حتی واکسن‌های معمولی مثل واکسن ثلاث یا سرخک که بچه‌ها می‌زنند هم دارای عوارضی هستند. اما خوشبختانه عوارض واکسن‌ها خفیف است مثل: تب‌های خفیف یا عوارض موضعی در محل تزریق که بعد از یکی دو روز معمولاً برطرف می‌شود.

○**برخی‌ها معتقدند که پس از تزریق واکسن آنفلوانزا بیماری بصورت مخفی در آنها ظاهر می‌شود به فرض چشم‌ها پف آلوده و... می‌شود؟**

○○واکسیناسیون برعلیه آنفلوانزا از عوارض شدید بیماری جلوگیری کرده و موارد بستری را تا ۵۰ درصد کاهش می‌دهد. فاصله زمانی واکسیناسیون تا ایجاد ایمنی در بدن حدود دو هفته طول می‌کشد. در صورت دریافت واکسن، احتمال ابتلا به شکل خفیف آنفلوانزا وجود دارد و نکته مهم این است که این واکسن صددرصد فرد را در مقابل آنفلوانزا مصون نمی‌سازد و بنابر مطالعات کشورهای اروپایی یا آمریکا این واکسن تا ۸۰ درصد می‌تواند از عوارض آنفلوانزا در بچه‌ها و یا در برخی از گروههایی که قبلاً گفتم جلوگیری کند.

○**چرا هر ساله لازم است تا واکسیناسیون با واکسن آنفلوانزا تکرار شود؟**

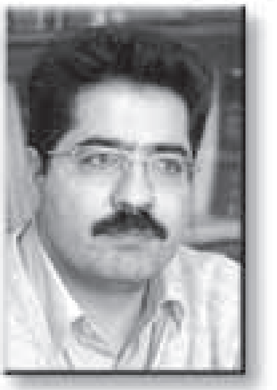
○○به دلیل تغییرات در ویروس آنفلوانزا. چون این ویروس به‌طور مرتب در خودش یک تغییرات آنتی‌ژنی دارد که ساختار ویروس مکرر تغییر می‌کند و ویروس امسال با ویروس سال آینده تفاوتهای جزئی می‌کند و بخاطر همین تفاوتها نیاز هست که هر ساله واکسن تکرار شود.

○**زمان مناسب تزریق واکسن چه موقع از سال است؟**

○○زمان مناسب نیمه اول پاییز یعنی معمولاً «مهر و آبان» می‌باشد و البته واکسن باید مربوط به تولید همان سال باشد که برای ویروس‌های در گردش آنفلوانزای آن سال نقش بیشتری را داشته باشد و هر نوبت واکسن فقط برای یک سال ایمنی ایجاد می‌کند، چون ویروسها معمولاً هر ساله تغییر می‌کنند.

○**مگر چه نوع ویروس آنفلوانزا داریم؟**

○○تاکنون سه نوع آنفلوانزا به نام‌های A، B و C شناخته شده است که نوع A بیشترین توانایی ایجاد همه‌گیری را دارد. البته نوع A هم در انسان ایجاد بیماری می‌کند و هم در حیوانات مختلف مثل پرندگان یا پستاندارانی مثل سگ، اسب، خوک و یا حتی برخی از حیوانات دریایی. نوع A این ویروس هم تغییرات آنتی‌ژنی که قبلاً گفتم در آن رخ می‌دهد و همین باعث می‌شود که از نوع A انواع متعددی از ویروس آنفلوانزا وجود داشته باشد که برخی از این ویروسها مختص انسان است و برخی مختص حیوانات بخصوص پرندگان است، ولی دیده شده که انسان هم ممکن است به ویروسی که مختص پرندگان بوده مبتلا شود و علائم بیماری در آن مشاهده شود که البته برای این نوع ویروس (آنفلوانزای پرندگان) که می‌تواند در مواقعی باعث ابتلای انسان هم بشود هنوز واکسن انسانی ساخته نشده است.



> ☑ **واکسن آنفلوانزا از بروز سرماخوردگی جلوگیری نمی‌کند و این واکسن تاثیری بر سایر ویروسها و بیماریهای مشابه هم ندارد!**

○**تهیه واکسن از چه مراکزی مطمئن‌تر است؟**

○○این واکسن هم مثل بقیه واکسن‌ها حتماً باید در شرایط خاصی نگهداری شود که اصطلاحاً می‌گوییم «زنجیره سرما». یعنی از زمانی که تولید می‌شود تا زمانی که حمل می‌شود یا با هواپیما یا وسایط نقلیه دیگر و هنگامی که در داروخانه‌ها یا مطب شخصی پزشکان نگهداری می‌شود بایستی در حرارت ۲ تا ۸ درجه سانتی‌گراد باشد یعنی باید داخل یخچال باشد نبایستی یخ بزند و نبایستی در درجه حرارت بالاتری قرار بگیرد به همین خاطر توصیه می‌کنیم که حتماً افراد این واکسن را از مطب پزشکان دریافت کنند که مجوز این کار را دارند و واکسیناسیون را انجام می‌دهند. اگر داروخانه‌ها بخواهند این کار را بکنند حتی اگر در یخچال نگهداری کنند باز هم این مساله وجود دارد که فردی که واکسن را از داروخانه می‌خرد ممکن است آن را در کیسه نایلون قرار دهد و یکی دو روز در هوای اتاق بماند و بعد به پزشک مراجعه کند و واکسن را بزند در این صورت کارآیی واکسن از بین می‌رود و هیچ

فایده‌ای نخواهد داشت.

○**واردات واکسن به عهده چه نهادی است؟**

○○واکسن را در کشور تا سال جاری بخش خصوصی و هلال احمر وارد می‌کردند. اما امسال با برنامه‌ریزی که از قبل انجام شده بود توسط وزارت بهداشت مقداری واکسن وارد شد و هدف این بود که بتوانیم گروههایی که بیشتر در معرض خطر بیماری هستند را پوشش بدهیم و این واکسن را به صورت رایگان دربین گروههای پرخطری که در معرض ابتلا هستند توزیع کنیم که ۲۰۰ هزار دُز امسال توسط وزارت بهداشت وارد شد، نزدیک به ۲۶۰ هزار دز واکسن هم توسط هلال احمر و بخش‌های خصوصی وارد شد و امسال ما تعداد قابل توجهی واکسن آنفلوانزا داشتیم که در بین گروههایی که نیازمند واکسن بودند توزیع شد.

○**پس می‌توان امیدوار بود که هزینه آن پایین‌تر بیاید؟**

○○اصلاً قابلیت تولید واکسن آنفلوانزا در جهان محدود است و درحال حاضر سالیانه ۲۶۰ میلیون دز واکسن آنفلوانزای انسانی تولید می‌شود و این نمی‌تواند کفاف مصرف کل مردمان جهان را بدهد. بنابراین افرادی که نیازمند دریافت واکسن هستند باید واکسن را بگیرند. به هرحال دلایل مختلفی روی قیمت واکسن اثر دارد یکی از مسائل این است که ما این واکسن را هنوز در کشور خودمان نمی‌توانیم تولید کنیم و چون از خارج کشور وارد می‌شود هزینه بیشتری را برای مصرف‌کننده دارد، اما اگر این امکان فراهم شود که در کشور خودمان واکسن تولید شود طبیعتاً می‌توان انتظار داشت که در آینده قیمتش پایین‌تر بیاید که خوشبختانه تحقیقات در موسسات تولیدکننده واکسن کشورمان شروع شده.

☑ افرادی که به تخم مرغ حساسیت دارند، بیماران تب‌دار و افرادی که در موارد قبلی تزریق واکسن حساسیت داشته‌اند نباید واکسن بزنند

○**درحال حاضر قیمت واکسن چقدر است**

○○من حضور ذهن ندارم! ولی برای خود وزارت بهداشت که واکسن را وارد کرده فکر می‌کنم قیمت در حدود ۴۸۰۰ تومان باشد که طبیعتاً پزشکانی که واکسیناسیون انجام می‌دهند همین مبلغ را به محلی که واکسن را از آنجا خریداری می‌کنند می‌پردازند و براساس تعرفه‌ها و ضوابطی که برای این مساله در بخش درمان گذاشته شده، هزینه‌های خودشان را هم اضافه می‌کنند. البته من از هزینه بخش خصوصی هم اطلاعی ندارم!!

○**چرا در مورد این واکسن اطلاع‌رسانی کامل نمی‌شود؟**

○○من فکر می‌کنم که اطلاع‌رسانی خوبی توسط دانشگاههای علوم پزشکی کشور انجام شده و در فصل پاییز، زمانی که واکسیناسیون باید انجام می‌شد اطلاع‌رسانی خوبی به عمل آمد و عمده افرادی که نیازمند دریافت واکسن بودند مراجعه کرده‌اند و واکسنشان را زده‌اند و تا جایی که اطلاع دارم عمده واکسن‌ها مصرف شده است.

○**و شاید هم آنهایی که ضرورت نداشته‌اند واکسن‌ها را زده‌اند؟!**

○○به هرحال توصیه‌ای که می‌توانیم بکنیم این است که اطلاعات دراختیار مردم بگذاریم و اینکه چه افرادی ضرورت دارند و چه افرادی نیازی به دریافت واکسن ندارند ولی دیگر بقیه‌اش در اجراست که مردم باید تصمیم بگیرند.

○**اگر خود وزارت بهداشت این برنامه را در دست بگیرد آیا واکسن‌ها عادلانه‌تر تقسیم نمی‌شوند تا آنهایی که ضرورت دارند استفاده کنند؟**

○○به هر شکل برای آن جاهایی که حساسیت ویژه‌ای وجود دارد وزارت بهداشت هم تعدادی واکسن را دراختیار دارد که برای بخش‌های خاص استفاده بکند که قبلاً عرض کردم. به فرض واکسن برای پرسنل بخش درمانی «بهداشت و درمان» که با بیماران مبتلا سروکار دارند و در بخش‌هایی که بیماران مبتلا ممکن است که بستری شوند مثل بخش‌های عفونی یا بخش اورژانس یا در بخش‌هایی مثل اتاق «برونکوسکوپی» یا «آی‌سی‌یو» بیمارستانها، چون در این بخشها احتمال تماس با بیماران آنفلوانزایی هست بنابراین در سال ۸۴ تمام پرسنل توسط وزارت بهداشت به رایگان واکسینه شدند.

○**یک سوال شخصی! آیا شما و خانواده‌تان واکسن آنفلوانزا زده‌اید؟**

○○خیر، چون من هنوز ۶۵ ساله نشده‌ام و در خانواده‌ام هم بچه بالای ۶ ماه تا ۲ سال ندارم و خانواده من نیازی به زدن واکسن نداشته‌اند.

○**چه افرادی واکسن آنفلوانزا را نمی‌توانند استفاده کنند؟**

○○افرادی که به تخم مرغ حساسیت دارند، بیماران تب‌دار و افرادی که در موارد قبلی تزریق واکسن حساسیت داشته‌اند نباید واکسن بزنند.

○**توصیه‌های بهداشتی در زمان بیماری کدام است؟**

○○پوشاندن دهان در زمان سرفه یا عطسه، استفاده از ماسک، استفاده از دستمال کاغذی و معدوم ساختن صحیح آن بعد از مصرف، شستشوی دستها بعد از سرفه، عطسه و دست زدن به دهان و بینی، شستشوی دستها قبل و بعد از تماس با بیماران، کاهش مسافرتهای غیرضروری، رعایت بهداشت فردی و عمومی، در صورت ابتلا به بیماری اقامت در منزل و اجتناب از تماس با دیگران، استراحت، نوشیدن کافی مایعات و رعایت توصیه‌های پزشک معالج.

○**طول درمان چند روز است؟**

○○طول درمان برحسب شدت بیماری متفاوت است، اما دوره درمان ضدویروسی خاص معمولاً ۵ روز است.

○**بسیاری از مردم هنگام ابتلا به بیماری می‌گویند زودتر برویم دکتر، یک آمپول بزنیم تا زودتر خوب شویم نظر شما چیست؟**

○○چون آنفلوانزا یک بیماری ویروسی است داروی تزریقی هیچ تاثیری بر آن نمی‌کند. اصلاً آنتی‌بیوتیک روی ویروسها تاثیر نمی‌گذارد و داروها عموماً خوراکی است پس این تلقی که مردم می‌گویند سرما خورده‌ایم برویم یک آمپول پنی‌سیلین یا شبیه به این را بزنیم زودتر خوب می‌شویم اصلاً معنا ندارد چرا که آنتی‌بیوتیک‌هایی مثل پنی‌سیلین اصلاً بر روی ویروسهایی مثل سرماخوردگی یا آنفلوانزا هیچ تاثیری ندارد!

○**دلیل اینکه می‌فرمایید زدن واکسن برای همه ضرورتی ندارد آیا به دلیل کمبود واکسن نمی‌باشد؟ و آیا زدن واکسن برای مردم ضرری ندارد؟**

○○یکی از دلایل آن همین است، اما هر چیزی که ضرر نداشته باشد برای همه توصیه نمی‌کنیم. خیلی داروها توی جامعه وجود دارد که افرادی که مبتلا به بیماری می‌شوند استفاده می‌کنند. این دلیل نمی‌شود که با وجود اینکه دارو فراوان هست همه آن را بخورند باید ضرورت مصرف باشد تا ما توصیه کنیم. به فرض مثل این است که بگویید

مایه کار و سرمایه افتخار هنرمند، اندیشه اوست.

● دکتر خانلری

لطفاً ورق بزنید

معرفی کتاب

خوشبختی دریک کلام

نوشته «آندره متیوس»
نویسنده کتاب راز شاد زیستن

این کتاب توسط دو تن از مترجمین خوش ذوق ایرانی (اصفهانی) دکتر علیرضا واعظ شوشتری، دکتر محمدرضا قرائتی به زبان فارسی برگردانده شده و جزو معدود کتابهایی است که اگر علاقه‌مندان به کتاب نسبت به مضمون آن اطلاعی داشته باشند، به‌طور حتم درصدد تهیه آن برمی‌آیند.

خوشبختی در یک کلام دارای ۱۲۶ صفحه و به همین تعداد عنوان جذاب دیگر است که پرداختن به هرکدام از آنها در زندگی سخت و طاقت‌فرسای روزمره ما لازم و ضروری به نظر می‌رسد. زیرا به نقل از کتاب باید گفت: چه درد و رنج جسمی داشته باشید و چه روحی اگر به همان کار یا طرز فکر قبلی ادامه دهید، آسیب بیشتری خواهید دید... و... مردم با شما همانگونه رفتار خواهند کرد که شما با خود رفتار می‌کنید.

... و حال ما صمیمانه امیدواریم که هر درس این کتاب موجب شکوفایی و اصلاح بعدی از زندگی شما گردد و روزبه‌روز به سوی زندگی بهتر گام بردارید.

خوشبختی در یک کلام به قیمت ۱۲۰۰ تومان دراختیار علاقه‌مندان قرار گرفته است.

واکسن سرماخوردگی نزنید

بقیه از صفحه قبل

داروی «آستامینوفن» اگر بخورم اتفاق خاصی می‌افتد؟! طبیعتاً یک دانه آن ضرری ندارد ولی مصرف آن باید جایی باشد که توصیه شده است و ضرورت دارد.

○ آیا تمام کشورها هم همین عقیده را دارند؟

○○ بله این مطلب را که عرض کردم در تمام مقالات کشورها حتی آمریکا که تولیدکننده بزرگ واکسن هست و یا کشورهای اروپای غربی که جزو تولیدکننده‌های اصلی واکسن هستند درواقع این گروهها را به عنوان گروههای پرخطر عنوان می‌کنند و در تمام کتابهای علمی هم این وارد شده است.

○ در خاتمه همانطور که فرمودید آنفلوانزا علاوه بر انسان در حیوانات نیز بروز می‌نماید و نوع حیوانی آن نیز قابل سرایت به انسان می‌باشد که «آنفلوانزای پرندگان» شایع‌ترین نوع آن است که این مساله بخصوص در کشور همسایه (ترکیه) مشکلاتی ایجاد کرده است در این زمینه چه توصیه‌هایی دارید؟

○○ بیماری آنفلوانزای پرندگان که درحال حاضر در کشور ترکیه هم مطرح شده از نوع «AH۵N۱» می‌باشد که در افرادی که در تماس نزدیک با پرنده بیمار یا مرده بوده‌اند باعث تلفاتی شده است. پس این نوع آنفلوانزا علاوه بر تلفات در بین مرغها و طیور می‌تواند انسان را هم در مواردی مبتلا کند و حتی گاهی منجر به مرگ انسان هم بشود. توصیه ما این است: افرادی که می‌خواهند مسافرت کنند بخصوص به کشور ترکیه حتماً توجه داشته باشند که اگر مسافرتشان ضروری نیست آن را به تعویق بیندازند و اگر ضروری است و به آنجا می‌روند از حضور در مکانهایی که پرنده زنده وجود دارد و محل پرورش پرنده‌های زنده می‌باشد خودداری کنند و از رفتن به جاهایی مثل مزارع و یا حتی «باغ وحش» جایی که پرندگان نگهداری می‌شوند پرهیز کنند. دستهایشان را مرتب با آب و صابون بشویند و از تماس با افرادی که علائم بیماری سرماخوردگی دارند پرهیز کنند و از دست دادن و روبوسی کردن خودداری کنند و درحین مسافرت حتماً از مرغ یا تخم مرغی که کاملاً آب‌پز و پخته شده استفاده کنند، تخم مرغ به صورت نیم‌پز و مرغ بصورت کبابی استفاده نکنند و هموطنان عزیز بخصوص در مناطق روستایی که مرغ و خروس و طیور خانگی دارند سعی کنند اینها را در فضای دربسته یا قفس نگهداری کنند چرا که هم از نظر اقتصادی مشکل‌آفرین می‌شود و بیماری باعث از بین رفتن طیور آنها می‌شود و هم سلامتی خود و خانواده‌شان به خطر می‌افتد و اگر احتمالاً مواردی از بیماری و یا مرگ و میر در طیورشان مشاهده کردند به نزدیکترین مرکز بهداشتی درمانی و یا مراکز دامپزشکی محل‌شان اطلاع بدهند که اقدامات بعدی انجام شود.

علمی

رژیم متفاوت برای کنترل وزن

اگر شما هم جزو افرادی هستید که برای رسیدن به وزن مطلوب، انواع و اقسام راهها را امتحان کرده و دست آخر هم هیچ نتیجه‌ای نگرفته‌اید، توصیه می‌کنیم از خواندن این مطلب غافل نشوید.

محققان دانشگاه واشنگتن شما را به گرفتن رژیم پر پروتئین دعوت می‌کنند. برای اینکه خود را به وزن دلخواه برسانید، کافیست به میزان پروتئین مصرفی خود بیفزایید. حالا چرا نتایج تحقیقات دکتر گیل و همکارانش نشان می‌دهد رژیم‌های غذایی پر پروتئین به دلیل تاثیری که بر کاهش میزان اشتها دارد، نقش فوق‌العاده‌ای در کاهش وزن بدن ایفا می‌کند. بر این اساس، آنهایی که پروتئین مصرفی را از ۱۵ به ۳۰ درصد افزایش می‌دهند، ۴۵۰ کیلو کالری کمتر از دیگران در روز مصرف می‌کنند و به همین دلیل خواهند توانست در طول ۱۲ هفته، ۵۰ کیلوگرم از وزن خود بکاهند.

توجه داشته باشید که این رژیم مخصوص افراد سالم است، بنابراین اگر به بیماری مبتلا هستید، حتماً با پزشکتان مشورت کنید.

شامپو رنگ موی واریان
برای خانمها و آقایان

Varian®
Haircolor Shampoo
60 ml e
Just 15 Minutes
With Vitamin C
Low Ammonia

- رنگ کردن مو فقط در ۱۵ دقیقه
- مخصوص موهای سفید و خاکستری
- دارای آمونیاک کم
- حاوی ویتامین C
- با روش مصرف سریع و آسان
  ۳ پیمانه رنگ + ۱ پیمانه اکسیدان
- در ۶ رنگ طبیعی و واقعی
- با خاصیت شستشو و نرم کنندگی مو
- موهای شاداب و با طراوت
- ثبات و ماندگاری طولانی رنگ
- ژل با مصرف آسان و تمیز

فروش در داروخانه ها و فروشگاههای معتبر آرایشی وبهداشتی
تلفن کارخانه: ۰۱۹۲-۴۹۴۳۱۴۶-۸ E-mail: Info@nmclab.com

فروردین

ضروری‌ترین چیزی که می‌توانم به شما توصیه کنم، ایجاد تفاهم است که باید آن را بین خود و یار همراهتان ایجاد کنید، تا بتوانید به آرامش خاطری که سرآغاز خوشبختی است برسید. بهتر است حداقل تا مدتی در مورد مسائل عاطفی که در اطرافتان می‌باشد و سخنانی که بیشتر آنها بی‌پایه و اساس است بی‌تفاوت باشید، البته این به آن معنی نیست که اوضاع و احوال و مسائل عاطفی خانوادگی‌تان را به فراموشی بسپارید. برای وجود حلقه‌های متعدد در اطراف شما دلیل خاصی نمی‌بینم اما احتمال دارد مبلغ قابل توجهی بدستتان برسد، ولی مخارج موردنظر شما برای خرید قطعاً بیشتر از اینها خواهد بود.

اردیبهشت

خودتان هم خوب می‌دانید درحالی که همیشه سعی می‌کنید مثبت باشید مسائل مختلف غیرقابل پیش‌بینی را پیش‌رو دارید، به همین دلیل من توصیه می‌کنم تامل نمایید، چون خیلی زودتر از آن زمانی که شما تصورش را می‌کنید، نتایج کار مشخص خواهد شد و این خود باعث اثبات شخصیت ثابت و ستودنی شما می‌شود.

نکته دیگر اینکه در مورد تصمیم‌گیری پیرامون آن مساله خاص قاطعیت بخرج دهید و یکبار برای همیشه محدوده دقیق شخصی خود را تعیین نمایید و مهمترین مساله‌ای را که باید به شما گوشزد کنم این است که به‌طور جدی احتیاج به ترمیم و بازسازی بنای کارتان دارید پس غافل نشوید و آن را با جزئیات دریابید.

خرداد

دلتنگی و گرفتاریهای زندگی برای همه می‌باشد و مختص شما نیست، اما مساله‌ای که باید به آن دقت نمایید، نحوه برخورد صحیح و اصولی‌تان می‌باشد که قطعاً می‌تواند تغییرات اساسی ایجاد نماید. یک مساله پیچیده کاری نیز برایتان پیش‌بینی می‌شود که امیدوارم با صبوری آن را پشت سر بگذارید و بهترین گزینه برای آن سکوت می‌باشد و خبر دیگری که باید به شما بدهم دریافت هدیه‌ای از دوست عزیزی است که به او اعتماد کامل نمی‌کنید و این اولین قدم برای خوشبختی و آرامش است و این می‌تواند با رعایت جوانب آن همیشگی شود.

تیر

برای اظهارنظر در مورد مساله پیش آمده لازم است اقتدار داشته باشید و قاطعانه حرفتان را بیان کنید و منتظر رسیدن زمان خاصی نباشید. در ضمن بهتر است به هیچ‌وجه افسوس روزهای از دست رفته را نخورید چون اگر این چنین باشد فردا نیز افسوس امروز را خواهید خورد.

در مورد میانجیگری شما باید بگویم، بهتر است در مورد مساله‌ای که آگاهی کامل ندارید قضاوت نکنید و آن را به عهده افراد متخصص بگذارید. نوشیدن آب زیاد را به شما توصیه می‌کنم که سلامتی‌تان را تضمین می‌کند.

مرداد

کاری اداری و یا قرار گرفتن در منگنه کاغذبازی، برای شما پیش‌بینی می‌شود که لازم است وقت مناسبی را برای آن اختصاص دهید. در مورد مسائل ریزی که در اطرافتان می‌گذرد، باید بگویم که دست روی زانویتان بگذارید و از جای خود بلند شوید و با هر زمین خوردنی زمین‌گیر نشوید زیرا فرصت برای ایستادن همیشه مهیا نمی‌شود.

هفته
بعد
شما

از: دکتر نوید خدادوست

دوست خوبم! احتیاط شرط عقل است، پس برای تصمیم‌گیری عجله نکنید چون این بار مربوط به آینده دور شما می‌باشد. مهمان ناخوانده‌ای دارید که اجباراً باید آن را پذیرا باشید.

شهریور

خوب می‌دانم که از کلیه شرایط موجود در زمان و مکان استفاده می‌کنید تا خودتان را به قله اهدافتان برسانید و تا بحال هم موفق عمل کرده‌اید، اما در این هفته شرایط خاص تکرار نشدنی را پیش‌رو دارید که باید آن را از دست ندهید و در این میان لازم است که یار عزیزی را نیز متقاعد و همراه کنید و قدرت ریسکتان را بالا ببرید چون مطمئناً موفق خواهید شد.

دوست خوبم! قدرت و تحمل ضریب مهرورزی‌تان را افزایش دهید و بدانید که هیچ کدام از آنها مانع پیشرفت شما نخواهند بود. راز و نیاز و توکل به خدا را هیچ‌گاه فراموش نکنید و بدانید که هرچه دارید از نعمات حضرت دوست است و بس.

مهر

طی این هفته در شرایطی قرار می‌گیرید که لازم است انعطاف به خرج دهید و سرسختی نکنید، چون این مسائل بسیار گذرا می‌باشند و تعیین‌کننده نیستند.

عزیزی را در نزدیکی خود دارید که به محبت شما چون داروی ضروری نیاز دارد، پس تا دیر نشده او را دریابید. دوست خوبم! هفته پرتلاطم و ناهمگونی را پیش‌رو دارید که بهتر است برای گذراندن این روزها عقل و احساس را با هم ترکیب کنید و رفتار اصولی داشته باشید.

در ضمن مطمئن باشید بی‌توجهی به بعضی مسائل و یا تنبلی باعث گره خوردن کارها می‌شود پس دقت داشته باشید.

آبان

در شرایط پیش آمده لازم است که خودتان را بجای طرف مقابل قرار دهید تا بتوانید احساسات او را درک کرده و آنها را لحاظ نمایید و تصمیم‌گیری صحیحی داشته باشید. دودلی دارید که لازم است با یک شخص آگاه مشورت کنید و خودتان را از تنهایی دور نمایید، چون تنهایی فقط مخصوص خداوند می‌باشد. در مورد اشتباهی که رخ داده لازم است گذشت کنید، چون این موضوع و اتفاق ممکن است برای هر کسی پیش بیاید پس منطقی عمل کنید و به انتظارات خود تعادل بخشید.

آذر

دقت کنید طی این روزهای شلوغ تصمیمی نگیرید که توان پرداختن بهای انتخابتان را نداشته باشید، پس هوشیارانه همه جوانب را مورد بررسی قرار دهید و بدانید که پشتیبان محکمی برای حمل مسائل‌تان دارید، پس شکر خدای را بجا آورید. ملاقاتی را پیش‌رو دارید که به نظر می‌رسد خانوادگی باشد، ولی در آن مسائل مهمی بازگو می‌شود که حضور شما الزامی می‌باشد.

نکته آخر اینکه برای انجام خریدی که مدنظرتان می‌باشد لازم است که فقط روی بودجه موجود حساب کنید. ضعف جسمی شما نگران‌کننده است، مراقب باشید!

دی

قبل از هر چیزی باید گوشزد کنم که لازم است در این روزها و برای همیشه زندگی را زنده نگه دارید و هنرمندانه در این شلوغی‌های دور و اطراف صدای ضمیر خویشتن را بشنوید و آن را با موسیقی نوازش دهید.

دوست خوبم! صبوری به خرج دهید که این روزها بسیار سریع‌تر از آنچه که فکرش را بکنید می‌گذرد و آنچه می‌ماند نتیجه رفتار منطقی شما می‌باشد. کمک خوبی به شما می‌رسد که امیدوارم بی‌دلیل و یا از روی غرور آن را رد نکنید. در ضمن مسائل شخصی خصوصی خودتان را با هیچ کس درمیان نگذارید و خودتان را آماده یک رقابت سالم کنید.

بهمن

حتماً شنیده‌اید که می‌گویند شخصی مهره مار دارد ولی بد نیست بدانید که در این روزها مسائل به‌گونه‌ای پیش خواهد رفت که خودتان هم به این تصور برسید که مهره مار به همراه دارید! پس نهایت استفاده را ببرید و این را نیز بدانید که اصلاً ضرورتی ندارد تظاهر به امری کنید و فقط سعی نمایید که خودتان باشید. نکته دیگری که باید بگویم این است که خشم‌تان را کنترل نمایید و به بهانه عصبی بودن رفتار نادرست نداشته باشید.

خبر مالی خوبی به شما می‌رسد که باعث شادیتان خواهد شد، از پیاده‌روی و ورزش نیز غافل نشوید.

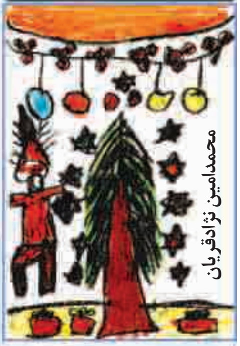
اسفند

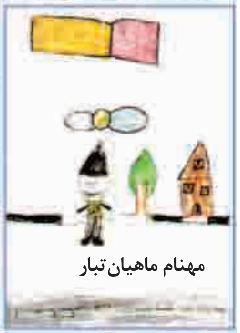
تلاطم و یا ناهمگونی بی‌دلیلی که پر از سردی و بی‌تفاوتی است برای شما پیش‌بینی می‌شود که لازم است آن را هوشیارانه با انرژی خاصی که در توان دارید، به آرامش و امنیت تبدیل نمایید، چرا که سکان این کشتی بدست شماست و شما براستی می‌توانید رهبر خوبی باشید البته اگر بخواهید.

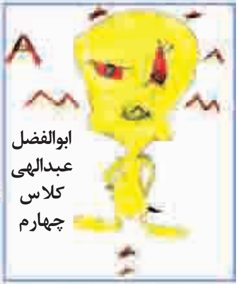
دوست عزیزم! ایرادهای غیرمنطقی و یا بی‌دلیل را کنار بگذارید و به فکر بهبود و نظم بخشیدن به مسائل موجود باشید، چون گله و شکایت مشکلی را حل نخواهد کرد و بدین ترتیب از کسی هم انتظار بیهوده نخواهید داشت. پس دست روی زانوهایتان بگذارید و بلند شوید، که قول می‌دهم موفق خواهید بود.

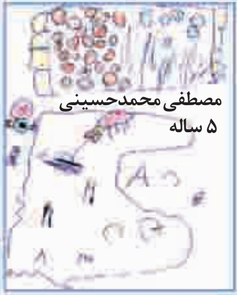
هنر تلخیهای زندگی را افزون می سازد و با وجود این تلخیها زندگی را شیرین می کند. • شوپن

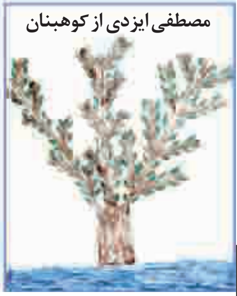
نقاشی‌های شما

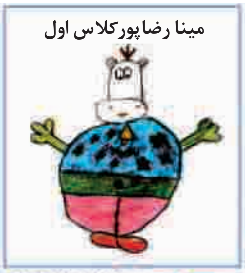

محمدامین نژادفریان

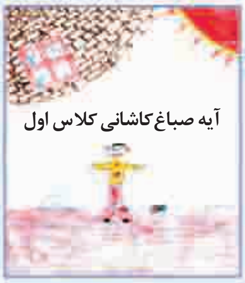

مهنام ماهیان‌تبار

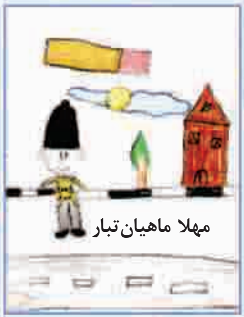

ابوالفضل
عبدالهی
کلاس
چهارم

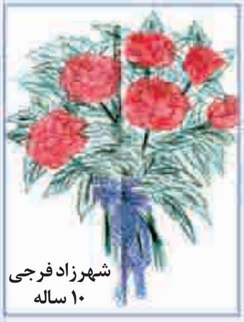

مصطفی محمدحسینی
۵ ساله

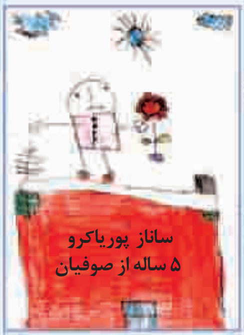

مصطفی ایزدی از کوهبنان

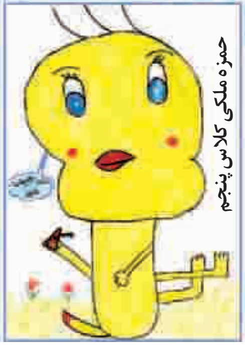

مینا رضاپور کلاس اول

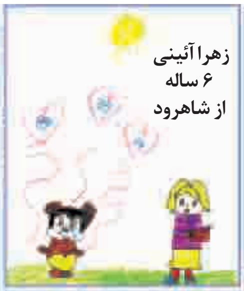

آیه صباغ کاشانی کلاس اول

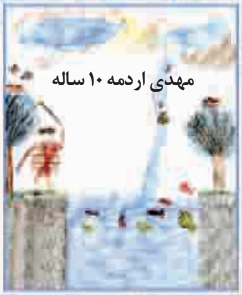

مهلا ماهیان‌تبار

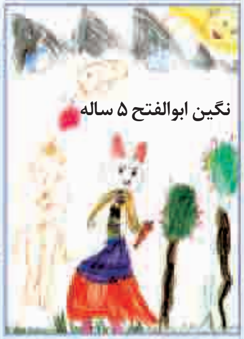

شهرزاد فرجی
۱۰ ساله

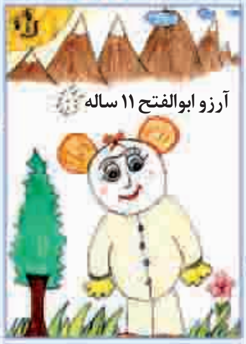

ساناز پوریاکرو
۵ ساله از صوفیان

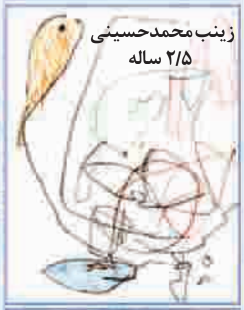

حمزه ملکی کلاس پنجم

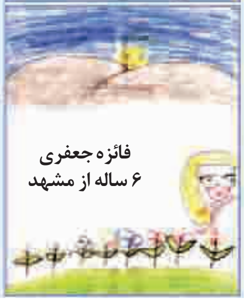

زهرا آئینی
۶ ساله
از شاهرود

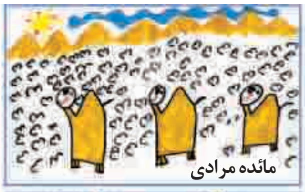

مهدی اردمه ۱۰ ساله

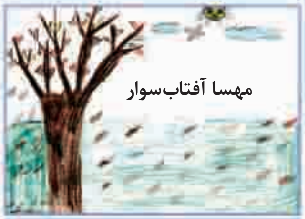

نگین ابوالفتح ۵ ساله

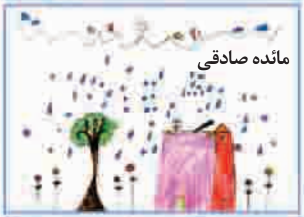

آرزو ابوالفتح ۱۱ ساله

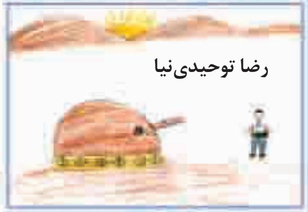

زینب محمدحسینی
۲/۵ ساله

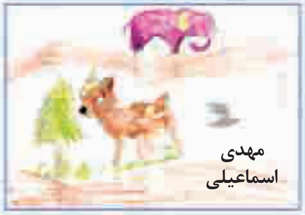

فائزه جعفری
۶ ساله از مشهد

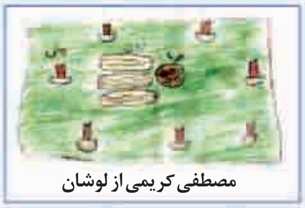

مائده مرادی

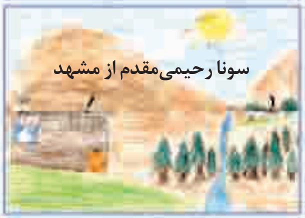

مهسا آفتاب‌سوار

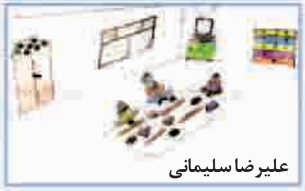

مائده صادقی

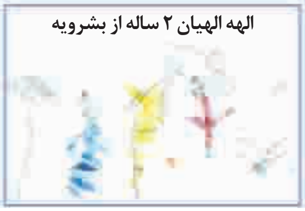

رضا توحیدی‌نیا

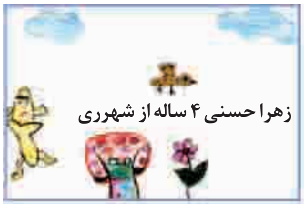

مهدی
اسماعیلی

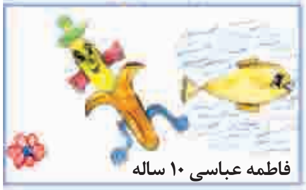

مصطفی کریمی از لوشان

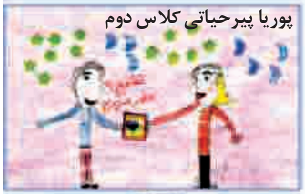

سونا رحیمی‌مقدم از مشهد

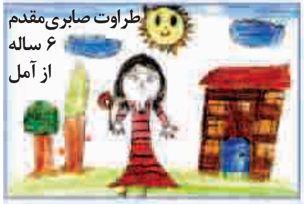

علیرضا سلیمانی

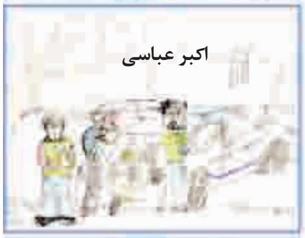

الهه الهیان ۲ ساله از بشرویه

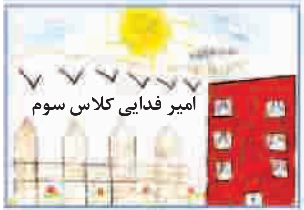

زهرا حسنی ۴ ساله از شهرری

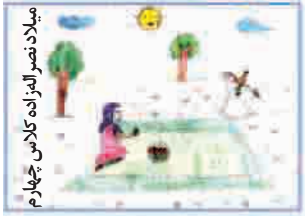

فاطمه عباسی ۱۰ ساله

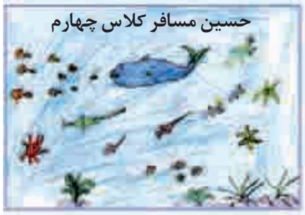

پوریا پیرحیاتی کلاس دوم

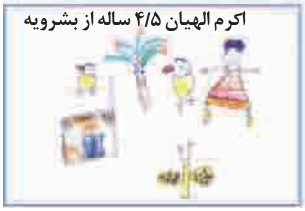

طراوت صابری‌مقدم
۶ ساله
از آمل


اکبر عباسی


امیر فدایی کلاس سوم


میلاد نصرالله‌زاده کلاس چهارم


حسین مسافر کلاس چهارم


اکرم الهیان ۴/۵ ساله از بشرویه

گل پسند

منتظر قرعه کشی نباشید

پاک کنید .... جایزه بگیرید !

Golpasand

جوایز گل پسند

سواری پراید

پلاک طلا

و هزاران جایزه دیگر . . .

با خرید یکی از محصولات جایزه دار گل پسند به روش زیر عمل کنید

۱ – پوشش لیبل محصول را با شییء تیز پاک کرده و از جایزه خود مطلع شوید

۲– پس از مصرف با تحویل ظرف خالی به یکی از عاملین فروش (ترجیحا محل خرید کالا : داروخانه، سوپر مارکت و یا یکی از فروشگاه های معتبر) جایزه خود را دریافت و یا به توصیه عامل فروش عمل کنید.

تلفن ها (الف : مدیریت جایزه ۲۲۸۴۹۰۸۳) – (ب:روابط عمومی ۲۲۸۵۶۳۳۷)

Design : Gian Graphic

جوراب زنانه ترانه

شماره ثبت : ۸۱۰۸۷۴۶

One Size Fits
All Taille Unique

جوراب زنانه

ترانه

- بافته شده با دستگاههای اتوماتیک کامپیوتری
- با بهره گیری از تکنیک جدید کشور ایتالیا
- دستور بافت اتوماتیک همراه با منوهای متنوع
- طرحهای مختلف در سطح متدهای جهانی
- دارای بافت متراکم و رنگ ثابت
- بسته بندی شده به صورت استاندارد

High Quality LADY SOCKS
Taraneh
STYLE 1730
Ultra Shimmery
Footed Tights
Soft Elastic Waistband
Cotton Crotch
With New Design And High
HIGH LADY SOCKS

ما تکنولوژی را بخدمت گرفته ایم و آن را با هنر خود آمیخته ایم و حاصل آن هم اکنون دنیایی از رنگ، طرح وتنوع در جورابهای زنانه کامپیوتری با نام ترانه می باشد .

تلفن: ۵۵۶۲۳۴۱۱-۵۵۶۹۷۲۸۳ - ۰۹۱۲-۱۵۸۱۰۵۸ (امینی)